



KARIERA BEZ BARIER

# KOMU DORADZAM?

## Młodzież i jej wybory edukacyjno-zawodowe

Poradnik dla wychowawców oraz doradców zawodowych



Magdalena Kamieniecka



Rzeczpospolita  
Polska



Ministerstwo  
Edukacji Narodowej



INSTYTUT BADAŃ  
EDUKACYJNYCH  
Państwowy Instytut Badawczy

**Autorka:** Magdalena Kamieniecka  
**Redakcja językowa:** Iwona Stachowicz  
**Skład:** Wojciech Maciejczyk  
**Zdjęcie na okładce:** Shutterstock.com

**Wydawca:**

Instytut Badań Edukacyjnych – Państwowy Instytut Badawczy  
ul. Górczewska 8, 01-180 Warszawa  
tel. (22) 241 71 00; [www.ibe.edu.pl](http://www.ibe.edu.pl)



INSTYTUT BADAŃ  
EDUKACYJNYCH  
Państwowy Instytut Badawczy

ISBN: 978-83-68752-04-5

Copyright © Instytut Badań Edukacyjnych – Państwowy Instytut Badawczy, Warszawa 2026

**Wzór cytowania:**

Kamieniecka, M. (2026). *Komu doradzam? Młodzież i jej wybory edukacyjno-zawodowe. Poradnik dla wychowawców oraz doradców zawodowych*. Instytut Badań Edukacyjnych – Państwowy Instytut Badawczy.

Publikacja powstała w ramach projektu: „Poprawa skuteczności procesów kształcenia i wychowania dzieci i młodzieży (w tym z niepełnosprawnościami) w celu przygotowania do aktywnego uczestnictwa w rynku pracy we współpracy z podmiotami zewnętrznymi (Tranzycja na rynek pracy)” finansowanego ze środków Ministerstwa Edukacji i Nauki.

Egzemplarz bezpłatny

# Spis treści

<b>Wprowadzenie</b> .....	4
<b>1. Kim jestem? Kim będę?</b> .....	6
Dorastanie.....	6
Emocje i procesy poznawcze .....	8
Grupa rówieśnicza .....	11
<b>2. Możliwości wykorzystania teorii doradztwa zawodowego w procesie wspierania młodzieży</b> .....	13
Teoria Donalda Supera.....	14
Teoria Johna Krumboltza.....	16
Rola i znaczenie osób dorosłych w procesie wyborów edukacyjno-zawodowych .....	19
Rola nauczyciela – nauczyciel i uczeń.....	19
Rola nauczyciela – nauczyciel i rodzic .....	23
<b>3. Znaczenie przekazów rodzinnych w procesie wyborów edukacyjno-zawodowych</b> .....	26
Lojalność wobec systemu rodzinnego a decyzja o wyborze ścieżki edukacyjno-zawodowej ...	26
<b>Zakończenie</b> .....	32
<b>Bibliografia</b> .....	33

## Wprowadzenie

Niniejszy poradnik skierowany jest przede wszystkim do wychowawców klas VII i VIII szkoły podstawowej, lecz nie tylko nauczyciele, ale również doradcy zawodowi znajdą w nim istotne informacje o tym, jak rozmawiać z uczniami o planowaniu ścieżek edukacyjno-zawodowych. Publikację podzielono na cztery części.

W pierwszej z nich skupiono się na wybranych aspektach procesu dojrzewania i opisano, jak może on determinować sposób myślenia, odczuwanie i zachowanie się młodzieży podczas wyboru szkoły ponadpodstawowej. W kolejnym rozdziale przedstawiono dwie teorie zawodoznawcze, ukazujące przebieg procesu kształtowania się pozycji zawodowej człowieka, oraz wskazano, jak można je wykorzystać w rozmowach z młodzieżą. Następne dwa rozdziały poświęcono relacjom młodzieży z osobami ważnymi w ich otoczeniu – nauczycielami i rodzicami. W tej części podkreślono znaczenie relacji i więzi, stanowiącej fundament do podjęcia dialogu z młodymi osobami i udzielania wsparcia i pomocy adekwatnych do ich potrzeb. Ostatni rozdział poświęcony jest temu, jak rodzina i kolejne doświadczenia edukacyjno-zawodowe mogą determinować wybory młodzieży. Opisano przykłady wpływu przekazów pokoleniowych na decyzje młodych ludzi. W tym rozdziale czytelnik znajdzie wskazówki do pracy z młodzieżą, uwzględniające siłę i znaczenie przekazów rodzinnych.

Celem poradnika jest wsparcie dorosłych towarzyszących młodzieży w procesie przejścia do kolejnego etapu edukacji. Recepta na to, jak pomagać młodym osobom, jest w zasadzie prosta – dorośli, pokazując im, że są ciekawi ich myślenia i planowania przyszłości, mają szansę wspierać ich zaangażowanie w ten proces. Stawiając pytania, a nie udzielając od razu wskazówek, możemy wzbudzić u nich zainteresowanie własną przyszłością. Wskazane jest również korzystanie z wiedzy o rozwoju młodych ludzi i takie dobieranie narzędzi i przekazywanych treści, by wzmacniać ich proaktywną postawę wobec decyzji dotyczących życiowych wyborów. Ponadto warto uważnie słuchać, co mówią, i być uważnym na to, czego nie mówią, ponieważ pod komunikatami lub ich brakiem często kryją się obawy i trudne emocje.

Czytelników poradnika zachęcam do wysłuchania webinarów, podczas których przedstawiam założenia niniejszej publikacji. Webinar nie tylko jest jej syntetycznym streszczeniem, ale również zawiera najważniejsze elementy poszczególnych rozdziałów. Na przykładach przedstawiono w nim proponowane formy pracy i prowadzenia narracji z młodymi ludźmi.

Poradnik nie ma formuły scenariuszy, nie zawiera on ćwiczeń i zadań dla uczniów. Publikacja stanowi inspirację do refleksji nad tym, co – jako wychowawcy i nauczyciele – możemy zrobić, by być wsparciem dla młodego człowieka.

Komu doradzam? Za każdym razem warto z uważnością przyjrzeć się osobie, która stoi przed nami, bo choć każdą łączy wspólny rok urodzenia, ta sama klasa, zbliżający się termin egzaminów, to każda z nich ma swoje osobiste przeżycia, zdolności, talenty, marzenia, doświadczenia, obawy i nadzieje.

Miłej lektury,  
Magdalena Kamieniecka

# 1. Kim jestem? Kim będę?

Czas dokonania wyboru drogi kształcenia i związanego z nim określenia własnego miejsca na rynku pracy przypada na okres dorastania. To czas, kiedy w młodym człowieku zachodzi rewolucja. Celowo używam tego słowa, by uczulić nas, osoby pracujące z młodzieżą, że mamy kontakt z osobami, które przechodzą proces stopniowego stawania się dorosłymi. To proces trudny, ponieważ obejmuje zmiany w sferach fizycznej, poznawczej i społecznej.

My, dorośli, zadajemy pytania: „Czy wiesz już, co będziesz robić po skończeniu szkoły?“, „Czy wybrałeś(-aś) szkołę?“, „Na jaki idziesz profil?“. Padają też stwierdzenia z ukrytą sugestią, że mamy „plan na nastolatka“, np.: „Może idź do technikum, będziesz mieć zawód, pracę, na studia zawsze możesz iść, no na przykład pomyśl o technikum mechatronicznym“.

Takie pytania stawiamy również grupie uczniów podczas lekcji przedmiotowych czy godzin wychowawczych. Młodzi ludzie je słyszą na co dzień w domu i przy okazji spotkania z rodziną podczas niedzielnego obiadu. Zastanówmy się jednak, czy młody człowiek oczekuje pytań o swoją przyszłość? Czy zna na nie odpowiedź? Czy wie, jak na nie zareagować?

W tym poradniku zapraszam dorosłych do refleksji nad tym, czego potrzebuje młody człowiek. Może nie oczekuje on pytań, lecz po prostu rozmowy, może nie rad, ale opowieści o świecie, i może nie gotowych rozwiązań, lecz wskazówek, jakie są możliwości. Zastanówmy się, w jaki sposób pomagamy i czy udzielamy takiej pomocy, jakiej młodzież potrzebuje. To trudne, ponieważ każdy z naszych uczniów może potrzebować innej formy naszej obecności i wsparcia.

Rozdział ten poświęcono etapowi dojrzewania młodych ludzi. Pokróćce opisano procesy, które w nich zachodzą, doświadczane przez nich przeżycia oraz obawy i troski. Wiedza o etapie dojrzewania jest o tyle istotna, że może pomóc nam, dorosłym, uzmysłwić sobie, komu doradzamy w kontekście stopniowego przechodzenia na rynek pracy.

## Dorastanie

Dorastanie, które dzielimy na wczesne i późne, to czas między 12 a 18 r.ż. Pomiędzy wczesnym a późnym dorastaniem przypada moment podejmowania decyzji i wyboru drogi kształcenia. Warto pamiętać, że dzieci w różnym wieku rozpoczynają edukację, a kończą szkołę podstawową na różnym etapie rozwojowym, nawet jeśli są w podobnym lub tym samym wieku (14 i 15 lat). Zważywszy na to, że u każdego człowieka okres dojrzewania przebiega inaczej i w różnym

specyficznym dla niego tempie, w jednej klasie może być ponad dwadzieścioro uczniów, którzy przechodzą trudny okres dorastania i doświadczają różnorodnych zmian – zarówno w swoim ciele, umyśle i duchu, jak i w relacjach społecznych.

W czasie dorastania dziecko staje się osobą dorosłą. W tym przejściowym okresie zadajemy mu pytania o przyszłość, czyli oczekujemy m.in. odpowiedzi na pytanie: „Kim chcesz być?”. Dziecko, a następnie nastolatek, toczy swoistą wewnętrzną walkę, poszukując odpowiedzi na pytania: „Kim jestem” i „Kim mam być?”. W konfrontacji z pytaniami o przyszłość młoda osoba zderza się z marzeniami, nadzieją, planami, oczekiwaniami, możliwościami, pragnieniami, ograniczeniami itd. Zadając sobie pytanie: „Kim jestem?”, szuka także odpowiedzi na pytania: „Kim nie jestem?” i „Kim nie chcę być?”. Oznacza to, że weryfikuje, jakie wartości chce przyjąć, a jakie odrzucić, sprawdza, jakimi zasadami chce się w życiu kierować, a jakie są dla niej obce. Tym samym stawia fundament, na którym w przyszłości zacznie budować swoją karierę.

W tym okresie, zanim młoda osoba odpowie sobie na pytanie: „Kim mam być?”, czyli określi swoje role społeczne, następuje proces zbierania doświadczeń. To czas eksperymentowania, sprawdzania, weryfikowania tego, co dzieje się w jej życiu. Następnie dokonuje się „uporządkowanie świata” według własnych zasad.

Proces ten obserwujemy w obszarze tematów dotyczących wyborów szkoły. Jednego dnia młoda osoba zapytana o swoją przyszłość powie, że wybiera się na stomatologię, za jakiś czas oznajmi, że może będzie to inny kierunek, np. fizjoterapia. Innym razem zaskoczy nas, mówiąc, że nie chce iść na studia, bo myśli o technikum i wyborze kierunku związanego z chemią, aby w przyszłości pracować w farmacji lub laboratorium firmy kosmetycznej. Następnie okazuje się, że wspomina o rozszerzonej maturze z biologii. To przykład zbierania doświadczeń – młoda osoba dopytuje, sprawdza i weryfikuje swoje pomysły. Nie należy każdego z nich oceniać ani okazywać zdziwienia. Tymczasem dorośli wyrażają zaskoczenie i zniecierpliwienie. Liczą na konkret i konsekwentne realizowanie planu. Podsumowując, oczekują niemożliwego, co stoi w opozycji do rozwoju (szerzej na ten temat w podrozdziale o etapach rozwoju zawodowego Donalda Supera).

Wyobraź sobie następującą sytuację. Młoda osoba informuje cię, że rezygnuje z liceum i porzuca plan studiowania stomatologii. Tym razem kieruje myśli w stronę klasy chemicznej w technikum. Możliwe, że poczujesz zaskoczenie, zdziwienie, a nawet lekką irytację kolejnymi jej pomysłami.

## Co możesz zrobić?

**Zainteresuj się** – okaż autentyczne zainteresowanie i pomóż młodej osobie dostrzec powiązania, dokonać analizy, co ją zaniekaowało w tym kierunku. Postaraj się z nią poszukać wspólnych obszarów między stomatologią, fizykoterapią, chemią, farmacją i pracą w laboratorium. Podkreśl, że te dziedziny nie są przypadkowe i że istnieje między nimi wspólny mianownik.

**Zapytaj** – co cię zaniekaowało w pracy laboranta? Co lub kto zainspirował cię do myślenia o tym kierunku? Czy masz może dylemat, co wybrać, bo różne kierunki wydają ci się tak samo ciekawe? Czy chcesz i potrzebujesz wiedzieć więcej, by móc dokonać wyboru?

**Zasugeruj**, że warto sprawdzić przeciwwskazania do wykonywania różnych zawodów.

**Zaproponuj** młodej osobie w ramach zajęć w szkole przyjrzenie się różnym kierunkom, które rozważała i rozważa. Możliwe, że zainteresowanie nimi – lub kierunkami pokrewnymi – dzielają także inni uczniowie. Razem może być różnie szukać i wymieniać się informacjami.

## Emocje i procesy poznawcze

W okresie dojrzewania w młodej osobie zachodzą zmiany w funkcjonowaniu poznawczym, przejawia ona dużą labilność emocjonalną. Ponadto inaczej niż dorośli ocenia znaczenie wydarzeń zachodzących w rzeczywistości. Towarzyszą temu bardzo silne emocje wynikające z wyobrażeń i uczuć, jakie wywołują codzienne sytuacje, czemu towarzyszy egocentryzm w ocenie wydarzeń. Młodej osobie trudno przyjąć różne punkty widzenia i rozpatrywać sytuacje z wielu perspektyw.

Na co należy zwrócić uwagę? Przede wszystkim na dużą drażliwość, niecierpliwość i nieadekwatne do sytuacji zachowanie. Może się zdarzyć, że temat wyboru szkoły i towarzyszące mu emocje będą wywoływać silne reakcje. Z relacji rodziców wynika, że dziecko, chcąc bronić się przed doświadczaniem trudnych emocji związanych ze zmianą, reaguje gwałtownie lub też zamyka się w sobie i unika podejmowania rozmów dotyczących przyszłości.

W badaniu realizowanym w 2015 r. przez Instytut Badań Edukacyjnych opisano emocje towarzyszące procesowi decyzyjnemu. Młodzież wskazywała na wiele różnych nieprzyjemnych stanów emocjonalnych (Kamieniecka, 2015).

**Smutek wymieszany z dezorientacją** – wynika z długotrwałego funkcjonowania w napięciu spowodowanym koniecznością dokonania jak najlepszego wyboru szkoły i przystąpienia do egzaminu na zakończenie klasy VIII.

**Strach** – w zasadzie towarzyszy młodzieży przez cały proces decyzyjny. Ten stan psychiczny dotyczy ważnych wydarzeń, czyli: egzaminu (konieczność uzyskania jak największej liczby punktów); wyboru szkoły i ułożenie go w odpowiedni sposób w systemie (trafność decyzji); zmiany środowiska rówieśniczego (wejście w nowe środowisko).

**Znudzenie i przesyt** – przestymulowanie i zmęczenie tematem może powodować płacz lub nieprzyjmowanie jakichkolwiek informacji związanych z wyborem szkoły. Przychodzi moment przesylenia ilością informacji o możliwościach uczenia się i o tym, jak bogata jest oferta szkół. Stan, w jakim znajduje się młoda osoba, nie sprzyja efektywnej analizie informacji.

**Złość i wyczerpanie** – to reakcje na brak jasnego obrazu siebie oraz sprecyzowanych planów, a z drugiej strony odczuwana jest presja z powodu konieczności określenia profilu szkoły, klasy, a nawet przedmiotów maturalnych.

**Zazdrość i rywalizacja** – istnieją w otoczeniu rówieśniczym już od momentu wstępnych deklaracji kolegów, które dotyczą wyboru szkoły.

W tej mieszance trudnych emocjonalnie przeżyć są też pozytywne stany, jak **nadzieja i ciekawość**. One dają motywację do pracy. Pod warstwą obaw kryje się oczekiwanie na zmianę, na nowe, dobre przeżycia. Warto wydobyć to, co wiąże się z nadzieją – budować na jej fundamencie chęć do planowania przyszłości.

W tej fazie rozwoju pojawia się zdolność do myślenia o przyszłości – oderwanego od tego, co tu i teraz. Młodzież w swoich rozważaniach snuje wyobrażenia o rolach społecznych, pracy, związkach, wieloletnich przyjaźniach. Nastolatki potrafią sobie wyobrazić, że podjęte dziś działania przyniosą w przyszłości pomyślne rezultaty. Warto więc tę zdolność wykorzystać (Bardziejewska, 2004).

Proces decyzyjny wymaga od młodej osoby zaangażowania, podejmowania wyzwań, ryzykowania, aby mogła świadomie dokonać wyboru tego, co jest dla niej ważne i dobre. To czas, w którym nie uchronimy młodej osoby od błędów. Ich popełnianie też jest ważne. Porażka staje się szansą na zweryfikowanie, czy obrana strategia działania – to, co robię – przynosi efekt i co warto zmienić oraz zrobić inaczej.

Wszystko to dzieje się po to, by młoda osoba, osiągając etap wczesnej dorosłości, potrafiła odpowiedzieć na pytanie: KIM JESTEM? Aby umiała nazwać to, czego się nauczyła, miała świadomość swoich umiejętności, zasobów oraz możliwości rozwoju, potrafiła stworzyć wizję siebie, rozwijać się, zdobywać nowe kompetencje. Warto uświadomić młodej osobie, że proces ten trwa blisko dziesięć lat, a wybór szkoły i tranzycja do następnego etapu edukacji jest jednym z wielu ważnych wydarzeń na drodze odkrywania: KIM BĘDĘ?

Najważniejszym zadaniem jest formowanie tożsamości – przejście do okresu wczesnej dorosłości. Na tym etapie jednym z wielu ważnych wydarzeń jest zakończenie edukacji na poziomie szkoły podstawowej i przejście do kolejnego etapu kształcenia. W zasadzie przez cały okres zachodzi zmiana, której towarzyszą ważne, przełomowe momenty. Warto przedstawić uczniom moment tranzycji na osi – pokazać, jakie wiele istotnych zmian już przeszli i teraz stoją przed kolejnym wyzwaniem.

## Co możesz zrobić?

**Wyjaśnij** – rozmawiaj z uczniami o tym, że naturalne jest przeżywanie różnych, często nieprzyjemnych emocji.

**Nazwij** – zapytaj, co uczniowie czują i przeżywają; stwórz przestrzeń do dzielenia się obawami i nadziejami. Nazwij emocje i stany, jakie mogą się pojawić.

**Zdejmij ciężar przekazu „wybór szkoły to decyzja na całe życie”** – powiedz młodym ludziom, że wybór szkoły to ważna decyzja, dlatego konieczne jest zbieranie danych (informacji o sobie, szkołach i rynku pracy).

**Przeformułuj** – poinformuj uczniów, że na podstawie zebranych przez siebie danych będą mogli podjąć najlepszą możliwą decyzję dotyczącą wyboru szkoły.

**Wierz w swoich uczniów** – po prostu w nich uwierz. Kiedy będą wątpić, ty dodawaj im otuchy i nie odbieraj nadziei. Szukaj w rozmowie z nimi tego, co może zmienić ich nastawienie na pozytywne i ich uspokoić.

**Twórzcie różne scenariusze** – zachęć młodzież do kreślenia scenariuszy, zabawy wyobraźnią, fantazjowania, nawet bardzo odrealnionego. Nie ma znaczenia, czy będą rozmawiać o konkretnej profesji z listą wymaganych kompetencji. Ważne jest otwarcie młodego człowieka na proces poszukiwań i budowanie w nim odwagi myślenia o sobie w różnych rolach, też w roli ucznia, stażysty, praktykanta, pracownika.

**Korzystaj z humoru** – zaproponuj młodym ludziom zabawę z wykorzystaniem wyobraźni, np. jak widzą kolegów i koleżanki z klasy za piętnaście lat. Włącz się do tej zabawy i rozważ także swoje własne scenariusze na przyszłość.

## Grupa rówieśnicza

Grupa rówieśnicza odgrywa kluczową rolę w przechodzeniu młodego człowieka w okres dojrzałości. W tym rozdziale skupię się na roli grupy rówieśniczej w procesie zmiany szkoły. Zmiana po VIII klasie nie tylko dotyczy wyboru szkoły, klasy, profilu i kierunku kształcenia, lecz także nowego otoczenia. Młodzież doskonale wie, że zmiana szkoły wiąże się ściśle ze zmianą środowiska. Oznacza to albo rozluźnienie więzi z dotychczasowymi kolegami i koleżankami, albo porzucenie grupy, w której młodzi ludzie mają określoną rolę.

Grupa rówieśnicza, z którą nastolatek przez lata się identyfikował i w której ma swoje miejsce oraz odgrywa określoną rolę, jest dla niego przestrzenią bezpieczną. Wybór szkoły przypada na okres, kiedy młoda osoba silnie separuje się od rodziny (okres budowania swojej tożsamości) i podejmuje starania, by znaleźć bezpieczne miejsce w swojej grupie rówieśniczej, która jest dla niej niezwykle istotna. Po VIII klasie młody człowiek musi opuścić grupę (jeśli była ona w klasie i szkole) i zmierzyć się z wejściem w nową społeczność, w której znów rozpocznie budowanie swojej pozycji i roli (Bardziejewska, 2004).

Wyobraź sobie, że na pytanie skierowane do młodego człowieka, jakie rozważa szkoły i gdzie chciałby uczyć się dalej, odpowie, że tam, gdzie ma znajomych i gdzie wybierają się jego koledzy/koleżanki. Rozważanie scenariusza przyszłości, w którym występuje znajoma osoba, daje poczucie bezpieczeństwa i pewności. Oczywiście warto rozmawiać z młodymi osobami, by nie kierowali się wyborami innych i dokonali analizy swoich zasobów oraz marzeń. Jednak nie należy odbierać im z „koła ratunkowego”, jakim jest planowanie i wyobrażanie sobie, że rozpoczną naukę w nowej klasie z kimś, kogo dobrze znają.

Młodzi ludzie mogą obawiać się zmiany, która ich czeka, ponieważ wiąże się z nią konieczność nawiązywania nowych relacji i budowania pozycji w nowej grupie. Kończą oni nie tylko pewien etap edukacji, lecz także etap swojego funkcjonowania w określonej grupie, w której zawiązały się bliskie więzi i znane są role, normy i zasady funkcjonowania. W związku z wyborem szkoły może pojawić się lęk spowodowany separacją i rozstaniem z tą ważną grupą, w której młodzież nie tylko definiuje swoją tożsamość, zaspokaja swoje poczucie przynależności i bezpieczeństwa, lecz także budowała relacje przez kilka lat.

## Co możesz zrobić?

**Nazwij i pokaż, że rozumiesz** – nazwij ten proces. Pokaż to zjawisko, wyjaśniając, że wyobrażanie sobie nowego miejsca z kimś bliskim jest bardzo zdrowe i pomocne. Zachęć młodych ludzi do budowania własnych planów, podkreślając, że powinny być one oddzielone od decyzji kolegów i koleżanek z klasy.

**Nie pocieszaj w sposób infantylny** – unikaj stwierdzeń w stylu: „No przecież znajdziesz sobie nowe koleżanki”.

**Wesprzyj** – powiedz, że zmiana szkoły to ważny moment pożegnania z grupą, który podkreśla znaczenie więzi, przyjaźni, koleżeństwa.

**Wykorzystaj znaczenie grupy** – zachęć do określenia swojej roli, do nazwania tego, co każda z osób wnosi do grupy. Poprowadź zajęcia identyfikujące zasoby, które ujawniają się w grupie.

**Wzmocnij** – wzmocnij poczucie bezpieczeństwa i zadaj pytanie o przyszłość: „Co czujesz, kiedy myślisz o przyszłości i wiesz, że masz bliskie więzi z kilkoma osobami?”.

## 2. Możliwości wykorzystania teorii doradztwa zawodowego w procesie wspierania młodzieży

Rzeczywistość społeczna oraz to, jak kształtuje się rynek pracy, który jest bardzo dynamiczny, stawiają przed młodymi osobami trudne wyzwania. Młode osoby u progu dorosłości funkcjonują w systemie edukacyjnym i przechodzą biologiczny oraz poznawczo-emocjonalny proces dojrzewania. Ponadto dostarcza się im informacji o zagrożeniach wynikających z automatyzacji i rozwoju sztucznej inteligencji, zamiast o możliwościach i sposobach budowania swoich kompetencji, by odnaleźć się w rzeczywistości, w której będą się uczyć i pracować (Bartkowiak, 2016).

Zadaniem dorosłych jest pomoc w określaniu i identyfikowaniu zdolności i zasobów dzieci, a także wskazywanie im możliwości do rozwoju i budowania ich potencjału.

Teorie rozwoju zawodowego człowieka pozwalają zrozumieć perspektywę jednostki. Każdy rozwija się zawodowo, wybierze dla siebie ofertę edukacyjną, a potem znajdzie miejsce zatrudnienia. To naszym zadaniem, osób dorosłych, jest sięgnięcie do teorii rozwoju zawodowego i opierając się na nich, tłumaczenie młodym osobom, jakim procesom rozwojowym są poddawani (zob. teorie Donalda Supera, s. 14 i Johna Krumboltza, s. 16).

Wspomniane teorie pokazują, że proces rozwoju zawodowego, tak jak proces rozwoju człowieka, trwa całe życie. Nie ogranicza się tylko do przechodzenia z jednego etapu edukacji do kolejnego. Ponadto teorie nie tylko wyjaśniają, jakie zadania rozwojowe stoją przed jednostką na każdym etapie, lecz także opisują zachowania ludzi i działania przez nich podejmowane w celu zrealizowania kolejnego etapu rozwoju zawodowego.

Dlaczego warto zatem rozmawiać z młodymi osobami o zachodzącym procesie rozwoju zawodowego? Przede wszystkim, aby pomóc im określić moment wyboru szkoły w kontekście całego życia, wskazując, jak wiele zadań edukacyjno-zawodowych już podjęli, a także jakie zbudowali fundamenty i jakie pozyskali zasoby. Ponadto – co bardzo istotne – należy pokazać młodzieży perspektywę rozwoju i budować gotowość do świadomego kształtowania własnej drogi edukacyjno-zawodowej.

## Teoria Donalda Supera

Donald Super, amerykański psycholog specjalizujący się w rozwoju i doradztwie zawodowym, twierdził, że rozwój zawodowy przebiega w czasie, jest ciągły i na ogół nieodwracalny (Super, 1980). Bardzo ważną kwestią, na którą zwraca uwagę, jest wskazanie, że nie tylko czynniki indywidualne odgrywają rolę w życiu człowieka, ale również czynniki społeczne mają wpływ na jego karierę zawodową. Przedstawiając próbny model rozwoju kariery, wskazuje na wiele elementów, które mogą kształtować decyzję zawodową. Super potraktował w swojej teorii wybór zawodu jako proces rozwojowy. Podzielił ten czas na pięć etapów – stadiów. Na każdym z etapów jednostka realizuje określone zadanie rozwojowe. Super podkreślał w swojej teorii proces modelowania poprzez naśladownictwo i identyfikację z osobami znaczącymi (Wojtasik, 2011).

Etap I: dziecko wytwarza obraz siebie w relacji z innymi ludźmi. Zaczyna też orientować się w świecie pracy.

Czas trwania: od urodzenia do 14 r.ż.

Podetapy: fantazji (4–10 r.ż.), zainteresowań (11–12 r.ż.), możliwości (13–14 r.ż.).

Pierwsze decyzje dotyczące drogi kształcenia przypadają na okres dorastania, w którym rozpoczyna się przechodzenie z niedojrzałości do dojrzałości w sferach intelektualnej, emocjonalnej i społecznej. W teorii rozwoju zawodowego okres ten nazywany jest stadium poszukiwania (15–24 r.ż.), ale warto zaznaczyć, że zaczyna się w poprzednim etapie, w tzw. okresie możliwości (13–14 r.ż.). Około 13–14 r.ż. młody człowiek zaczyna odkrywać i nazywać swoje umiejętności. Następnie będzie dokonywał analizy, jak umiejętności, które posiada, mogą się stać kompetencjami pożądanymi na rynku pracy. Proces ten będzie zachodził w kolejnych etapach okresu poszukiwań.

Etap II: badanie świata pracy i ustalenie preferencji zawodowych.

Czas trwania: od 15 r.ż. do 24 r.ż.

Podetapy: wstępny (15–17 r.ż.), przejściowy (18–21 r.ż.), prób (22–24 r.ż.).

Młody człowiek dotychczasowy obraz siebie jako uczestnika rynku pracy, który jest mało konkretny i oparty na fantazjowaniu, zaczyna konfrontować z realiami w postaci rozmów na temat przyszłości, pierwszych wyborów edukacyjno-zawodowych, pierwszych praktyk, wolontariatu. Po tym okresie poszukiwania przyjdzie czas na pierwsze konfrontowanie własnych marzeń z możliwościami i porównywanie wyobrażeń z realiami (Kamieniecka, 2018).

Kolejne etapy:

Etap III: zajęcie pozycji w preferowanym i odpowiednim polu zawodowym. Próby zdobywania coraz lepszych pozycji zawodowych aż do osiągnięcia maksymalnych w danym zawodzie.

Czas trwania: od 25 do 44 r.ż.

Podetapy: doświadczenia (25–30 r.ż.), zdobywania (31–44 r.ż.).

Etap IV: zachowanie status quo.

Czas trwania: od 45 do 64 r.ż.

Etap V (etap schyłkowy): uwolnienie się od pracy i szukanie innych źródeł satysfakcji.

Czas trwania: od 65 r.ż.

Podetapy: osłabienie (65–70 r.ż.), wycofanie się (71 r.ż. i więcej).

Uwolnienie się od pracy.

## Co możesz zrobić?

**Wyjaśnij** – posłuż się teorią rozwoju zawodowego, by wyjaśnić swoim uczniom, że każda osoba przechodzi przez kolejne stadia rozwoju zawodowego. Pomóż im zrozumieć, na jakim są etapie i jakie w związku z tym stoją przed nimi zadania rozwojowe. Zachęć do wskazania, jakie aktywności pomagają przejść dany etap w sposób konstruktywny. Można posłużyć się tym oto przykładem: zapytaj, jakie zawody znają przedszkolaki. Będą to najprawdopodobniej lekarz, fryzjer, strażak, kierowca autobusu, sprzedawca w sklepie, nauczyciel. Następnie zapytaj, jakie zawody znają dzieci, kiedy osiągają wiek wczesnoszkolny. Okaże się, że wiedzą, kim jest pilot, programista, farmaceuta, hydraulik, bibliotekarz, grafik czy projektant. Pokaż uczniom, jak zmienia się perspektywa – niekoniecznie musimy mieć styczność z zawodem (jak przedszkolak), by umieć go nazwać i wyobrazić sobie, jakie czynności wykonuje ta osoba. Im jesteśmy starsi, tym bardziej poszerza się nasza perspektywa. Z puli możliwości zaczynamy wyodrębniać pewne grupy zawodów, które będą nam z jakiegoś powodu bliższe. Stanie się tak dlatego, że dokonamy różnicowania na podstawie pewnych kryteriów, którymi będą zainteresowania, talenty, predyspozycje i inne. Po kilku czy nawet kilkunastu latach dokonamy kolejnego zróżnicowania. Mając kompetencje w danym obszarze, będziemy je prawdopodobnie poszerzać o nowe, angażując się w inne niż dotychczas zadania związane z pracą.

**Zainspiruj** – pytaj uczniów, kto ich inspiruje, na kim się wzorują (lub chcą wzorować), jakie historie edukacyjno-zawodowe wydają się im ciekawe. Zachęcaj do dzielenia się opowieściami o osobach, które w jakiś sposób podziwiają. Spotkania z przedstawicielami różnych profesji, którzy mogą opowiedzieć o swojej karierze w określonej perspektywie czasu, również mogą okazać się skuteczne.

**Przeformułuj** – nazwij czas podejmowania decyzji o wyborze drogi kształcenia czasem gromadzenia informacji o sobie.

**Pokaż perspektywę** – pokaż uczniom perspektywę całościową. Wyjaśnij, że dana decyzja nie jest decyzją na całe życie, a konstruowanie swojej pozycji zawodowej nie przebiega liniowo. Najlepiej przykładów szukać we własnym otoczeniu. Zachęcaj, aby wskazali osoby, które wykonują dziś określoną pracę, ale ich ścieżka zawodowa była „kręta”.

Z mojego otoczenia mogę podać przykład anglisty, który został fotografem, osiągnąwszy bardzo dobre wyniki w pracy lektora. Znam fotografa, który jest również podróżnikiem, mającego za sobą doświadczenie bycia redaktorem pisma podróżniczego oraz pracę w zawodzie nauczyciela przedmiotów zawodowych w technikum. Spotkałam także osobę, która jest fizjoterapeutą, pracowała wcześniej jako wykładowca na uczelni – prowadziła wykłady i zajęcia praktyczne dla studentów. Tak więc zachęcam do szukania ciekawych przykładów dróg zawodowych w otoczeniu, ponieważ dopiero „namacalne” historie pobudzają do refleksji.

**Wprowadź nowe pojęcia** – zaproponuj myślenie oparte na perspektywie „uczenia się przez całe życie” i odwołuj się w rozmowie z uczniami do kwestii zbierania doświadczeń, pojęć umiejętności i kompetencji. Wprowadź pojęcie kwalifikacji.

## Teoria Johna Krumboltza

Warte uwagi są teorie opierające się na założeniu, że w zmieniającym się i nieprzewidywalnym świecie planowanie i konstruowanie kariery jest procesem całościowego uczenia się. Niezaplanowane zdarzenia i wypadki losowe kształtują nasze życie i determinują wybory dotyczące kariery zawodowej o wiele częściej niż wszystkie plany, które tak skrupulatnie układamy. Przypadkowe spotkanie, spontaniczna wakacyjna wyprawa, nieoczekiwane zastępstwo, nagła zmiana planów – to wszystko może prowadzić do zwrotów w naszym życiu.

„W ten sam nurt szerokiego podejścia do kariery – w zmiennym i nieprzewidywalnym świecie, jej rozwoju i zmian – wpisuje się też teoria uczenia się z przypadków (ze zbiegów okoliczności) Krumboltza (The Happenstance Learning Theory). Według teorii ludzkie zachowania są

produktem niezliczonej ilości doświadczeń uczenia się, dostępnych zarówno w planowanych, jak i nieplanowanych sytuacjach. Rezultatem tych doświadczeń są umiejętności, zainteresowania, wiedza, przekonania, preferencje, emocje, a także przyszłe działania” (Solarczyk-Ambroziak, 2015).

Autor teorii zachęca do elastyczności w podejmowaniu wyborów życiowych i postrzegania każdego zdarzenia jako okazji i wyzwania – niepowtarzalnej sytuacji, z której można czerpać korzyści i zbierać doświadczenia w celu kształtowania swojej pozycji zawodowej. Możliwości wykorzystywania sytuacji przypadkowych wymagają aktywności i zaangażowania. Należy więc być otwartym, elastycznym i aktywnym. Planowanie kariery zawodowej nabiera zatem innego charakteru. Uczeń musi się nauczyć funkcjonować w świecie ciągłych zmian. Warto zatem uczyć się i rozwijać w sobie ciekawość, chęć uczenia się i konsekwentnie wykazywać aktywność pomimo trudności. Istotny jest także czynnik gotowości podejmowania wyzwań i ryzyka – otwartość na nowe. Teoria ta wpisuje się w czasy charakteryzujące się dużą zmiennością i nieprzewidywalnością, z którymi obecnie się mierzymy. Wśród czynników wpływających na zmienność wskazać można pandemię, wojny, katastrofy ekologiczne spowodowane zmianami klimatycznymi czy postępujące zmiany technologiczne (rozwój AI) itd.

## Co możesz zrobić?

Promuj wszelkie działania pozwalające młodzieży gromadzić nowe doświadczenia i uzyskiwać umiejętności. Uświadamiaj uczniom, w jaki sposób mogą czerpać korzyści z zaangażowania się w różne formy aktywności, a tym samym buduj ich gotowość do prezentowania postawy proaktywnej. Warto podkreślać, że sytuacje, w jakich może się znaleźć każda osoba, mogą być przypadkowe, ale wiele z nich jest efektem naszych działań i wynika z naszej inicjatywy.

**Wprowadź** – nowe pojęcia edukacji pozaformalnej i uczenia się nieformalnego. Poszukajcie wspólnie korzyści, jakie niesie ze sobą uczenie się nieformalne.

**Zachęć** – do zaangażowania się w różne wydarzenia organizowane przez szkołę i te, które odbywają się w miejscowości, gdzie znajduje się szkoła. Przykładowe wydarzenia, które są okazją do zbierania doświadczeń, nabywania nowych umiejętności, to np. wolontariat, organizacja i aktywny udział w uroczystościach szkolnych, w kołach zainteresowań i wydarzeniach zewnętrznych, jak pikniki, czy wydarzenia kulturalne typu Noc Muzeów.

**Projekty jako forma zbierania doświadczeń** – przed przystąpieniem do realizacji projektu zachęć uczniów, by zastanowili się, jakie kształtują umiejętności, angażując się w działania o takim charakterze.

**Podsumuj i doceń** – uświadom uczniom, ile ważnych wydarzeń nastąpiło w ich życiu, które przyniosły nowe, ciekawe doświadczenia, np. podczas wakacji, udziału w wycieczkach, w wydarzeniach szkoły. Zachęć do stworzenia listy istotnych zdarzeń, które zaszły w życiu każdego ucznia w klasie. Zastanówcie się, jakie znaczenie mogą mieć tego typu wydarzenia w kształtowaniu się zasobów każdej osoby.

**Wspieraj proaktywność** – w dzisiejszym świecie, w którym zmienność, niepewność, niezdecydowanie stają się normą, warto być elastycznym i otwartym na nowe wydarzenia.

**Konkurs** – zaangażuj grono pedagogiczne do udziału w konkursie pt. „Kto to jest?”. Nauczyciele opisują swoje pasje i wymieniają ważne dla nich wydarzenia, które ukształtowały ich pozycję życiowo-zawodową. Notki są anonimowe, a zadaniem uczniów jest odgadnięcie imienia i nazwiska danego nauczyciela na podstawie opisu. Młodzież postrzega nauczycieli przez pryzmat nauczanego przez nich przedmiotu, np. biolog pewnie lubi biologię, ukończył szkołę średnią o profilu biologiczno-chemicznym i studiował biologię. Warto zatem odczarować takie liniowe myślenie o edukacji i pokazać uczniom, jak wiele innych wydarzeń wpłynęło na podejmowane decyzje edukacyjno-zawodowe ich nauczycieli.

Poniżej zamieszczono przykłady, które pokazują, jak można z młodzieżą rozmawiać o proaktywności i wykorzystywać projekty do kształtowania świadomości swoich zasobów.

Warto porozmawiać z młodymi ludźmi o tym, jak przebiegają procesy rekrutacyjne. Rekruterzy podczas rozmowy z kandydatem o pracę często pytają o aspekty z pozoru niezwiązane ze stanowiskiem pracy. O ile kwestie wykształcenia szybko można zweryfikować w formularzu zwanym życiorysem, w którym kandydat opisuje kolejne etapy kształcenia, o tyle trudniej jest sprawdzić, jakie ma on wartości i jaką prezentuje w życiu postawę. W tym wypadku zbawienne są historie z życia kandydatów ilustrujące podejmowane przez nich aktywności.

Kiedy ktoś chce się zaprezentować jako osoba dobrze zorganizowana i potrafiąca pokierować zespołem, warto na przykład przytoczyć historię o swojej roli koordynatora w trakcie zorganizowanego w szkole tygodnia naukowego i opowiedzieć o realizowanych zadaniach, jak: ustalenie stanowisk naukowych, przydzielenie sal, rozpisanie harmonogramu, współpraca z koordynatorami klasowymi i kontakt z gronem pedagogicznym.

W szkołach organizuje się wiele wydarzeń. Przed przystąpieniem do ich realizacji warto zapytać uczniów, kto w jakiej roli czuje się dobrze i jakie zadania chętnie podejmie. Już na etapie takich wyborów warto pokazać, że uczniowie mają świadomość swoich predyspozycji. Na przykład podczas pikniku szkolnego jeden z nich będzie wolał być konferansjerem, inny zaś wybierze rolę fotoreportera. Będzie grupa uczniów, która chętnie podejmie się organizacji i koordynacji

wydarzenia, inna zaś poprowadzi sprzedaż produktów w szkolnej kawiarence. Zapewne w tej grupie znajdzie się też ktoś, kto dobrze włada piórem i napisze sprawozdanie do gazetki szkolnej. Warto pokazać, że podejmując różne zadania, kształtujemy swoje umiejętności, i wybieramy też takie aktywności, w których czujemy się pewnie.

## Rola i znaczenie osób dorosłych w procesie wyborów edukacyjno-zawodowych

Zachęcam do zastanowienia się nad tym, jak stać się dla uczniów ważną osobą, która może być oparciem w tym trudnym procesie wyboru ścieżki kształcenia. Nie wystarczy mieć wiedzy i dobrych chęci. Podstawą jest zbudowana przez lata relacja oraz wiarygodność i autentyczność w przekazywanych treściach.

Warto pamiętać, że decyzje zapadają w systemach, a rodzice są ważnymi aktorami w procesie wyborów edukacyjnych swoich dzieci. Nauczyciel może stanowić istotne wsparcie dla rodziców, którzy, podobnie jak ich dzieci, przechodzą przez kolejne etapy tego procesu. Ich zaangażowanie przypomina taniec, polegający na stałym dopasowywaniu się do aktualnego stanu dziecka.

Rodzice muszą starannie przemyśleć swoje zachowania, które mają motywować, wspierać dziecko, budować jego gotowość do podjęcia decyzji, ale też przeanalizować swoje obawy i pokusy wyręczenia go w wyborze edukacyjnym. Nauczyciel może być ważną osobą w tym procesie – partnerem dla rodzica.

## Rola nauczyciela – nauczyciel i uczeń

Jeśli zależy nam, by rzeczywiście wspierać młodą osobę w przejściu do kolejnego etapu edukacji, a w efekcie przygotowywać ją do wejścia na rynek pracy, to powinniśmy stać się dla niej osobą ważną, tzw. osobą znaczącą. Często my, dorośli, mamy ciekawe doświadczenie edukacyjno-zawodowe, sporo wiedzy, którą chętnie chcemy się dzielić. Jednak nie zawsze udaje nam się dotrzeć z przekazem pomimo dobrych chęci i starań. Popełniamy pewne błędy i zapominamy, jak funkcjonowaliśmy w okresie nastoletnim. Dobrze ujmuje to przysłowie „zapomniał wół, jak cielęciem był”.

Zanim zaczniemy doradzać swoim uczniom, zachęcam do wykonania ćwiczenia, które pomoże „zbliżyć się” do nich i w towarzystwie im być autentycznym.

Przypomnij sobie, jak dokonywałeś(-aś) wyboru szkoły. Wróć pamięcią do momentu, kiedy miałeś(-aś) trzynaście, czternaście, piętnaście lat. Jakie wracają do ciebie obrazy? Jakie wywołują uczucia? Czy są to momenty trudne, nieprzyjemne, czy raczej miłe chwile? Co konkretnie pamiętasz?

Przypomnij sobie kolegów i koleżanki z klasy, ze szkoły. Czy wiesz, do której poszli(-ły) szkoły, jakie ukończyli(-ły) klasy? Jak przebiegała ich edukacja? Pomyśl o kimś bliskim – co dziś robi?

Wróć do momentu poznania nowej klasy. Czy pamiętasz pierwszy dzień w nowym miejscu? Jakie masz przed oczami sceny – nowa szkoła, nowe miejsce, nowi nauczyciele? Jakie wywołują one uczucia? Co pamiętasz miłego?

Jak przebiegała Twoja cała edukacja? Zastanów się, czy pojawiały się chwile zwątpienia. Czego dotyczyły Twoje wątpliwości? Powróć myślą do wszystkich ważnych osób, które pomagały Ci w tym procesie, oraz znaczących słów, które usłyszałeś(-aś). Przypomnij sobie to wszystko, co Ci służyło, było dla Ciebie na tyle ważne, że dziś wracasz do tego myślami. Zarówno co dobre, jak i trudne.

Bądź autentyczny(-a) w relacji ze swoimi uczniami. Korzystaj ze swojego doświadczenia. Bądź tym, kim jesteś.

Dla młodzieży temat wyboru szkoły jest trudny, a na pytania oraz sugestie mogą reagować rozdrażnieniem. Młodzi ludzie często odrzucają „dobrą radę” od osoby, której nie ufają. Trudno im również przyjąć wskazówki dotyczące planowania przyszłości, gdy pochodzą one od nauczyciela jednego przedmiotu. Z narracji młodych osób wynika, że uczniowie są postrzegani przez nauczycieli przez pryzmat jednego nauczanego przedmiotu, co obejmuje ich wiedzę, postawę wobec przedmiotu oraz relację z danym nauczycielem (Kamieniecka, 2015).

## Rzeczywiste wsparcie, a nie „pomagactwo”

Jeśli chcemy towarzyszyć i pomagać w procesie tranzycji, musimy wcześniej zbudować więź. Jeżeli zależy nam, aby być osobą ważną i znaczącą dla młodego człowieka, której warto posłuchać, którą można o coś zapytać i do której warto jest zwrócić się z prośbą o radę, to najpierw trzeba zbudować zaufanie. To my musimy najpierw zainteresować się światem młodego człowieka i zaangażować się w jego życie. My, dorośli, mamy do odrobienia pracę polegającą na emocjonalnym zaangażowaniu się w świat młodych osób, aby mogły one później, w wieku kilkunastu lat, zwrócić się do nas o pomoc i wsparcie w przejściu do kolejnego etapu kształcenia.

Warto zaznaczyć, że każda z młodych osób może inaczej odbierać i przeżywać przekazywane informacje. Młodzież w swojej silnej potrzebie zaznaczenia odrębności będzie bardzo negatywnie reagować na komunikaty zgeneralizowane. Ważne, by udzielać adekwatnego wsparcia, a nie uprawiać „pomagactwa” (Grondas i in., 2012). Uczeń może nie wiedzieć, jakiego rodzaju wsparcia i pomocy potrzebuje. Należy zatem być uważnym na jego potrzeby – należy je rozpoznać, czyli słuchać z uwagą. Może zdarzyć się tak, że potrzebuje jedynie bycia wysłuchanym, informacji zwrotnej, potwierdzenia swoich przypuszczeń itp. A zatem wsparcie w obszarze wyboru szkoły musi być selektywne – punktowo odpowiadać na to, czego dana osoba potrzebuje w danym momencie.

## Co możesz zrobić?

**Dowiedz się** – sprawdź dokładnie, czego potrzebuje uczeń, i ustalcie wspólnie, jaką ty możesz odegrać rolę i co zrobić w odpowiedzi na jego potrzebę. Lepiej dopytać i omówić formę pomocy niż udzielić rady, kiedy nie jest ona oczekiwana.

**Oddaj odpowiedzialność** – zasugeruj tematy, ale pozwól uczniowi zdecydować, czy chce zaangażować się w rozmowę na zaproponowany przez ciebie temat.

Zanim zaczniesz prowadzić rozmowę dotyczącą wyboru szkoły i planowania przyszłości, zapytaj, czy uczniowie chcą na ten temat rozmawiać. Proponuję prowadzenie zajęć z zachowaniem trzech zasad: **zasugeruj – opowiedz – ustal**.

**Przykład.** Chcesz poprowadzić zajęcia, których celem będzie przygotowanie uczniów do dni otwartych w szkołach ponadpodstawowych. Zanim zaczniesz realizować scenariusz zajęć, poświęć kilka minut na rozmowę z uczniami, aby zwiększyć ich zaangażowanie w temat. Ponadto w przekazie treści zaakcentuj, że każdy przechodzi swój indywidualny proces i każdy podczas dni otwartych może szukać innych informacji.

**Zasugeruj**, że ważnym momentem w wyborze szkoły są dni otwarte i zachęć uczniów do przygotowania się do wizyt w wybranych szkołach. Podkreśl, że służysz uczniom pomocą i doświadczeniem, np. możesz opowiedzieć, jak wyglądają takie spotkania, czy pomożesz ułożyć plan wizyt w szkołach.

**Opowiedz** uczniom, dlaczego warto się przygotować do wizyt w szkołach ponadpodstawowych podczas dni otwartych. Użyj analogii, na przykład wyboru miejsca na wakacje, który również poprzedza szukanie miejsca pobytu, noclegu i przygotowanie planu dojazdu. Wskaż korzyści, jakie zyskają uczniowie, gdy przygotowują listę pytań (o co pytać,

kogo pytać, co sprawdzić, o czym nie zapomnieć itd.) Podkreśl, że każdy możesz szukać innej informacji, dlatego warto się pochylić nad tematem.

**Ustal**, kto chce spróbować przygotować się do dni otwartych w szkołach ponadpodstawowych. Rozpocznij zajęcia. W ten sposób zwiększasz ich zaangażowanie i sprawiasz, że podejmują odpowiedzialność za przygotowanie się do uczestnictwa w dniach otwartych. Ty podpowiadasz, jak to zrobić.

Bardzo zachęcam do indywidualizowania komunikatów, nawet jeśli są one kierowane do grupy uczniów. Poniżej przedstawiam przykład krótkiej zabawy, która pokaże uczniom, że każdy z nich ma inną potrzebę dotyczącą wyboru szkoły, mimo że łączy ich ósma klasa i konieczność dokonania wyboru ścieżki kształcenia.

### **Koła i post-it**

Wyobraźmy sobie, że wśród uczniów toczy się rozmowa, w której chcą ustalić, czy lepiej wybrać technikum z kierunkiem technik informatyk, czy liceum z profilem rozszerzonej informatyki. Uczniowie prowadzą rozmowę na temat różnic w programie i korzyści ukończenia technikum oraz klasy w liceum ogólnokształcącym.

Podczas zajęć zostaje postawione pytanie: Co wybrać, czy liceum i profil z rozszerzoną informatyką, czy uczyć się w technikum w klasie z programem nauczania informatyki?

Co możesz zrobić, by podkreślić, że każda z osób może mieć zupełnie inną ocenę danej sytuacji?

Narysuj koła i ponumeruj:

1. zdecydowanie technikum – kierunek technik informatyk
2. raczej technikum – kierunek technik informatyk
3. trudno mi się wypowiedzieć, nie moja „bajka”
4. raczej liceum – rozszerzona informatyka
5. zdecydowanie liceum – rozszerzona informatyka

Rozdaj uczniom kolorowe karteczki typu post-it. Poproś, by każdy podszedł i wkleił karteczkę do odpowiedniego koła. Policzcie wspólnie karteczki i pokaż, jak bardzo zróżnicowany jest podział głosów.

Następnie narysuj trzy koła i opisz klasy, w których jest informatyka w programie rozszerzonym. Rozdaj karteczki post-it i powtórz procedurę.

1. informatyka – matematyka
2. informatyka – fizyka
3. informatyka – geografia

**Podsumuj:** Warto podkreślić, że pomimo ich wspólnego zainteresowania informatyką (czy jakimkolwiek innym przedmiotem) wykonane ćwiczenie pokazuje, jak bardzo uczniowie mają zróżnicowane potrzeby i opinie.

## Rola nauczyciela – nauczyciel i rodzic

Okres dorastania to czas, kiedy nastolatek dokonuje integracji swojej przeszłości z teraźniejszością i określa obraz siebie w przyszłości. Ogromną rolę w tym procesie odgrywa najbliższe otoczenie. Rodzice i rodzina zawsze chcą dla swojego dziecka jak najlepszej przyszłości i towarzyszy im pragnienie, by ich dziecko odnosiło sukcesy i czerpało zadowolenie z życia.

Dlatego rodzice powinni uczestniczyć w tym odkrywaniu siebie i być zaangażowani podczas szukania odpowiedzi na pytanie: „Kim mam być?”. Zadaniem rodzica jest podpowiadać, inicjować, ale też dać przestrzeń do dokonania wyboru (Chirkowska-Smolak i in., 2011).

## Co może zrobić rodzic?

**Akceptować** – nie negować pomysłów dziecka, nawet jeśli wydają się nierealistyczne – taki etap też musi mieć miejsce.

**Być przy dziecku** – starać się rozumieć perspektywę dziecka.

**Nie straszyć** – pokazywać pozytywne aspekty pracy i edukacji.

**Pomagać w zbieraniu informacji** – dostarczać pełnej wiedzy o wymarzonym zawodzie.

**Być cierpliwym** – dawać dziecku czas na ocenę szans i perspektyw wybranej ścieżki edukacji i pracy.

**Rozmawiać i dyskutować** – inicjować dyskusję i polemizować, nie ograniczać się do wygłaszania rad i swoich wyobrażeń na temat przyszłości dziecka.

## Co może zrobić nauczyciel?

**Spotkanie dla rodziców** – nie musi to być spotkanie informacyjne o zasadach rekrutacji. Warto rozmawiać o tym, co przeżywają dzieci w związku z dorastaniem i określeniem siebie w przyszłości jako aktywnych uczestników rynku pracy, oraz o emocjach rodziców związanych z końcem pierwszego etapu edukacji.

**Zrób przestrzeń rodzicom** – rodzice też potrzebują dzielić się swoimi troskami i obawami. Chętnie porozmawiają o tym w grupie, w której czują się bezpiecznie. Grupa daje poczucie wspólnoty. Podobieństwo przeżyć i doświadczeń przynosi ulgę. Jeśli rodzic ją poczuje, tym lepiej – będzie umiał nabrać dystansu do wyboru edukacyjnego swojego dziecka i związanym z nim trudnościami, jakie ono przeżywa.

**Zadaj rodzicom pytanie** – „Kto z państwa, mając tyle lat, ile ma dziś wasze dziecko, wiedział, w jakim zawodzie będzie dziś pracował?”. Poproś, by rodzice opowiedzieli, czym zajmują się obecnie (np. gdzie pracują). Następnie zapytaj, ile osób, mając czternaście lat, wiedziało, że dziś będzie wykonywać dokładnie tę pracę.

### Wykorzystanie metafory w pracy z rodzicami

Frans Meijers, holenderski socjolog, zwrócił uwagę, że proces konstruowania kariery jest podróżą. W celu zilustrowania roli osób dorosłych w tym procesie (rodzice, nauczyciele, system edukacji itd.) posłużył się przykładem jazdy samochodem. W jego ocenie „dzieci są pasażerami”, co oznacza, że są „wiezione na tylnym siedzeniu”. Pojazdem kierują rodzice, nauczyciele i ci wszyscy, którzy wyznaczają kierunek i podążają według ustalonych wcześniej map. Osiągając cel podróży, „wysadzają dzieci”, które zaskoczone i czasem zdezorientowane muszą zacząć funkcjonować w miejscu, do którego zostały „dostarczone”. Dzieci wysiadają pozbawione swoich przeżyć planowania podróży, stając się biernymi uczestnikami (Meijers, 2012).

Frans Meijers wskazuje, że system edukacji sprawia, że uczniom trudno jest identyfikować swoje zasoby i pragnienia, a także kształtować własną tożsamość zawodową. Można rzec, są wyręczeni. Badacz podkreśla, że wybory dokonywane są „na ślepo”.

Idąc dalej tym tropem, zachęcajmy rodziców, by wyobrazili sobie proces wyboru ścieżki kariery jak jazdę samochodem, a koniec kolejnych etapów edukacji jako przystanki w podróży.

Poniżej przedstawiono propozycję, jak można porozmawiać z rodzicami, korzystając z metafory. Przykład powstał na potrzeby publikacji.

Wyobraź sobie, że Twoje dziecko będzie niedługo wybierać szkołę i, co za tym idzie, zdecyduje o drodze kształcenia (i pracy). Zobacz w wyobraźni, że przed nim jest piękna podróż, która zakończy się dotarciem do pewnego miejsca. Dziś jeszcze Twoje dziecko dokładnie nie wie, dokąd chce dojechać, ale czuje, że jest gotowe wyruszyć w drogę, lecz z Tobą. Potrzebuje Ciebie. Nie chce odbywać tej podróży samotnie, ale jednocześnie chce być samodzielne. Liczy na Ciebie, że w momentach zwątpienia będzie mogło zapytać: „Dokąd teraz?” czy powiedzieć: „Jestem zmęczony(a), nie wiem, co dalej”. Potrzebuje Ciebie, byś czuwał(a), np. nacisnął(-ęła) hamulec w odpowiednim momencie, kiedy zauważysz, że droga, którą zmierza, jest zagrażająca.

Jednak to teraz Twoje dziecko jest kierowcą, a Ty pasażerem. Jedźcie razem, ale ono wybiera drogę, ono ma mapę, ono decyduje, że zawraca, jeśli wybrany kierunek jazdy mu nie pasuje. To Twoje dziecko określa swoje potrzeby.

Nie irytuj się, gdy ono nagle, choć tego nie planowało, chce skręcić w prawo i sprawdzić, jak wygląda okolica, której nie zna. Może ten impuls i chęć sprawdzenia tego, czego dotychczas nie oznaczyło na mapie, okaże się miejscem docelowym. Pozwól mu sprawdzić.

Ty czuwasz. Sprawdzasz, czy macie odpowiednio dużo czasu. Nie wolno Ci jednak chwycić kierownicy i wykonywać niezapowiedzianych manewrów, ponieważ to podróż Twojego dziecka. Wyobraź sobie, że dojeżdżacie w jakieś miejsce. Twoje dziecko wybrało szkołę. Mówi: „To tu”. Zapytaj je, jak się czuje, obejrzyjcie miejsce, do którego dotarliście. Przytul je i podziękuj za wspólną podróż. Ciesz się, że jest samodzielne i ma za sobą piękne doświadczenie pokonywania drogi, którą samo wybrało.

Zastanów się, czego nauczyło się Twoje dziecko: planować, ryzykować, wycofywać, gdy sprawdziło, że dokonany wybór mu nie pasuje. Stało się kierowcą, zdecydowało o tym, dokąd jedzie i w jakim tempie szukało miejsca docelowego. To była jego podróż, jego odpowiedzialność, jego decyzja. Ty, rodzicu, uczestniczyłeś w tej podróży.

### 3. Znaczenie przekazów rodzinnych w procesie wyborów edukacyjno-zawodowych

Ten rozdział jest poświęcony wpływowi doświadczeń rodzinnych (role zawodowe oraz wykształcenie rodziców, dziadków, drogi kształcenia rodzeństwa) na decyzje podejmowane przez uczniów. Celem jest pokazanie, jak przekazy rodzinne mogą determinować wybory edukacyjno-zawodowe i jakiego rodzaju uczucia, myśli i refleksje mogą pojawiać się u uczniów ostatnich klas szkoły podstawowej.

Zanim udzielimy rady młodemu człowiekowi, zastanówmy się, jakie w jego rodzinie istnieją przekonania rodzinne dotyczące pracy, edukacji, wykształcenia, zarabiania pieniędzy itd. W każdej rodzinie występują pewne przekazy pokoleniowe, które mogą być powtarzane w sposób nieświadomy, tzw. przekazy transgeneracyjne. Wiele zasad wpajanych nam jest świadomie i niektóre z nich przekazywane są wprost, wiele zaś jest niewypowiedzianych, ale postawy członków rodziny pokazują, co dla nich jest ważne i co wymaga lojalności kolejnych pokoleń.

Decyzje zapadają w pewnym środowisku. Patrząc na otoczenie nastolatka/nastolatki, warto wyróżnić system rodzinny, rówieśniczy (ważna grupa rówieśnicza), klasowy, szkolny i inne układy, w których on/ona funkcjonuje. Każdy z tych systemów wpływa na jego/jej decyzje. Nie każdy system ma kluczowe znaczenie w kontekście wyboru szkoły ponadpodstawowej czy każdego kolejnego kierunku kształcenia, ale każdy z nich w jakiś sposób kształtuje osobę: jej wartości, postawy, przekonania i zasady, którymi się kieruje.

Zastanówmy się, co się dzieje z naszym uczniem, kiedy nie ma go w szkole.

#### Lojalność wobec systemu rodzinnego a decyzja o wyborze ścieżki edukacyjno-zawodowej

Oto historie młodych osób, które uwikłane w tradycje i przekazy rodzinne musiały dojrzeć do tego, by wybrać swoją drogę nienaznaczoną lojalnością wobec rodziny.

##### Historia 1

Wyobraź sobie młodego człowieka, który dopiero po trzeciej próbie rozpoczęcia studiów miał odwagę i siłę, aby zakomunikować swoim rodzicom oraz dziadkom (rodzicom ze strony

matki), że nie chce studiować. Po trzech latach od matury zdobył wystarczającą siłę, by podjąć inną decyzję niż ta, którą dokonywali kolejni członkowie jego rodziny. Przez lata dostrzegał pewną wartość, powielaną i pielęgnowaną przez rodzinę, a było nią ukończenie studiów i praca naukowa.

## Historia 2

Opowieść ta dotyczy uczennicy klasy VIII, która przyznała, że w zasadzie dla niej zajęcia dotyczące wyboru szkoły i analiza kryteriów w kontekście własnych potrzeb, zasobów i planów nie mają sensu. Zapytana dlaczego tak mówi, odpowiedziała, że dostała przykaz od rodziny (od mamy), że musi iść do jak najlepszej szkoły (określono nawet miejsca w rankingu), by uzyskać jak najlepsze wykształcenie i zdobyć dobrze płatną pracę.

Okazało się, że mama bardzo dużo pracuje, ponad jeden etat, a mimo wszystko zarobki są niskie i nie wystarczają na utrzymanie rodziny. Intencją matki jest, by córka nie powieliła jej losu – zdobyte przez matkę wykształcenie nie daje godziwych zarobków. Presja, jaka ciążyła na dziewczynce, wywołała w niej wiele emocji. Z jednej strony ogromny smutek (nie mogę wybrać tej szkoły, którą chcę), z drugiej lęk (nie zadowolę mamy, gdy dostanę się do szkoły niższej niż określona pozycja w rankingu).

## Historia 3

Kolejna historia, jaką miałam okazję poznać, dotyczy pokoleń uczących się w jednej szkole – liceum ogólnokształcącym w dużym mieście. W szkole tej naukę podejmowali kolejno rodzice pewnego chłopca, jego brat oraz rodzeństwo ze strony jednego rodzica. W rodzinie panowało bardzo silne przekonanie, że dana szkoła niesie ze sobą określone wartości i zasady oraz zapewnia kształcenie na dobrym poziomie. Naturalne było, że każda kolejna osoba w rodzinie powinna przejść tę samą ścieżkę – która gwarantuje podobieństwo doświadczeń zwieńczonych ukończeniem dobrej edukacji, co w następstwie zapewnia dobry start na uczelni. Jakikolwiek wyłamania się z tego schematu powodowało wiele emocji i przeżyć w rodzinie, co wpływało na sposób myślenia, działania, uczenia się i dokonywania wyborów edukacyjnych opisywanej osoby. Chłopiec podjął naukę w tym liceum, mimo że miał ogromną potrzebę wyłamania się ze schematu – to prowokowało wiele zachowań trudnych, które można nazwać buntowniczymi, jednak u podłoża leżało poczucie braku swobody w podjęciu decyzji dotyczącej wyboru szkoły.

Historia 4 została stworzona na potrzeby publikacji. Może ona wzbudzić w nas pewne refleksje i zachęcić do zbudowania hipotez na temat naszego ucznia – z jakim bagażem przekazów wchodzi w proces decyzyjny dotyczący zmian w swojej edukacji.

Moim zamiarem jest pokazanie, jak my, osoby z zewnątrz, niewiele wiemy, z jakim przekazem i często obciążeniem młode osoby, wręcz dzieci, mierzą się, dokonując tego ważnego dla siebie wyboru kierunku kształcenia.

## Historia 4

Państwo Skowrońscy mają dwóch synów:

Michała i Bartka.

Iwona Skowrońska, l. 40, ukończyła liceum w klasie biologiczno-chemicznej, następnie SGGW na Wydziale Dietetyki. Pracuje w firmie farmaceutycznej w dziale kontroli jakości. Pani Iwona była dobrą uczennicą, świetnie zdała maturę i dla wszystkich było oczywiste, że pójdzie na studia.

Andrzej Skowroński, l. 43, ukończył technikum architektoniczne, następnie studia na PW na Wydziale Architektury. Pracuje w biurze projektowym. Był zdolnym chłopakiem, ale nie poświęcał nauce dużo czasu. Uprawiał sport, szermierkę. W pewnym momencie swojego życia wpadł na pomysł, by zająć się sportem i zostać trenerem. Jego plan nie spotkał się z aprobatą rodziców.

Bartek, lat 17, wybrał liceum, klasę matematyczno-informatyczną, lecz jeszcze nie ma sprecyzowanego kierunku studiów. Stwierdził, że może iść na każde studia, a wszystko zależy od wyniku matury. Zdecydował się na rozszerzoną matematykę, a rodzina bardzo mu kibicuje.

Michał, lat 14, jest w VIII klasie. Chłopiec ma zdolności manualne, lubi fizykę i biologię. Nie znalazł klasy łączącej fizykę i biologię. Odnajduje się w organizowaniu wielu wydarzeń w szkole, akcji charytatywnych, jest społecznym liderem. Zapytany o to, co chce robić w przyszłości, powiedział, że chce być optykiem i zamierza pójść do technikum. W przyszłości może chciałby zostać właścicielem zakładu optycznego lub zatrudnić się w fabryce produkującej soczewki. Póki co twierdzi, że nie planuje iść na studia.

Rodzice pani Iwony Skowrońskiej ukończyli studia wyższe, mama uzyskała tytuł dr nauk społecznych, tata jest inżynierem.

Rodzice pana Andrzeja, bardzo wcześnie zaczęli pracować, ukończyli studia w trybie zaocznym. Zależało im na ukończeniu studiów magisterskich, ponieważ słyszeli, że będą pierwszymi w swoich rodzinach, którzy zdobędą wyższe wykształcenie.

## Co możesz zrobić?

### Zastanów się

Michał jest twoim uczniem. Zanim zadasz Michałowi jakiegokolwiek pytanie i będziesz chciał(a) udzielić rady, zastanów się, co myśli Michał. Co czuje, jeśli w domu mówi o swoich planach edukacyjno-zawodowych? Co słyszy od swojej mamy? Jak reaguje tata, gdy Michał mówi, że nie chce studiować? Co Michał słyszy o swoim bracie? Wyobraź sobie, co w rodzinie państwa Skowrońskich mówi się o wykształceniu, jaka jest postawa wobec pracy, zarabiania pieniędzy, planowania ścieżki kariery.

Możemy postawić kilka hipotez dotyczących przekazów na temat wykształcenia i pracy:

Hipoteza 1 – wartością są ukończone studia; ważne jest skrupulatne planowanie kariery w celu osiągnięcia wysokiej pozycji zawodowej i dobrych zarobków.

Hipoteza 2 – ważne, by czuć się spełnionym zawodowo niezależnie od tego, jakie uzyska się wykształcenie.

**Rozmawiaj i zaprosz do dyskusji** – możesz z uczniami podjąć dyskusję, w wyniku której będzie można odkryć, że istnieją różne wzorce i schematy rodzinne, które determinują nasze wybory edukacyjno-zawodowe. Dyskusja powinna odbywać się na pewnym poziomie ogólności, aby w kolejnym kroku uczniowie mogli dokonać analizy schematów i przekazów towarzyszących im w procesie wyboru drogi kształcenia oraz poddać je refleksji.

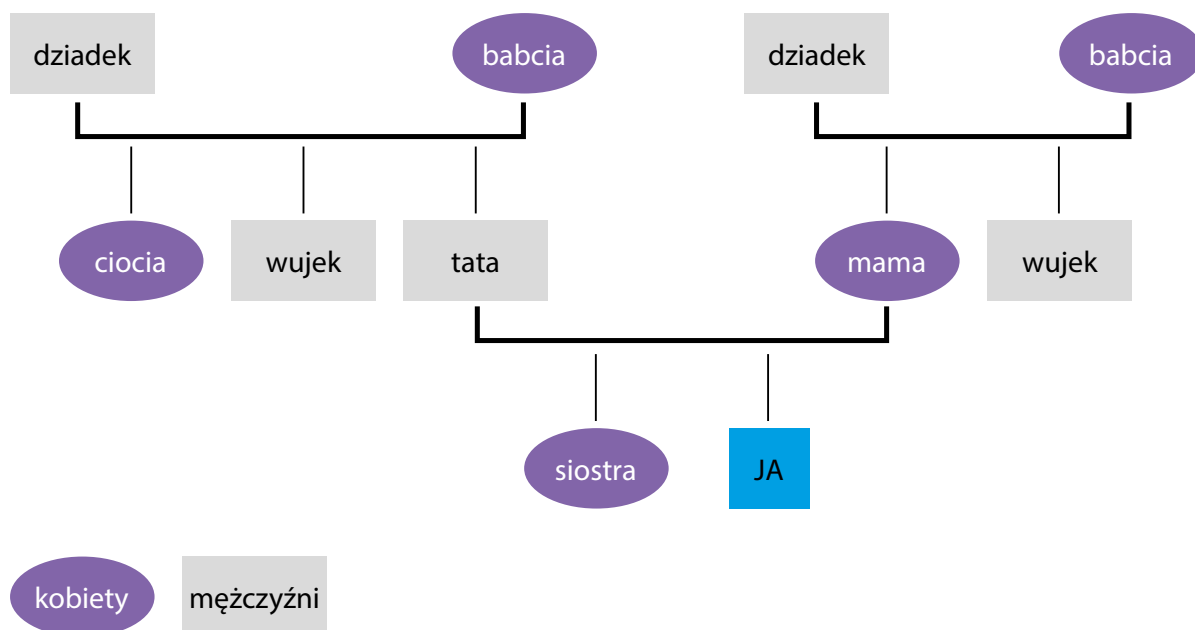
**Zapytaj** – jakie znacie powiedzenia czy przysłowia dotyczące edukacji bądź pracy? Na przykład powtarzane przy różnych okazjach: „Oszczędnością i pracą ludzie się bogacą”, „Żadna praca nie hańbi”, „Nauka to potęgi klucz”, „Żyj tak, jakbyś miał umrzeć jutro”, „Ucz się tak, jakbyś miał żyć wiecznie”. Następnie poproś uczniów, aby zastanowili się, jakie w ich rodzinach istnieją powiedzenia dotyczące nauki albo co się mówi o nauce, wykształceniu, pracy, pieniądzu.

**Opowiedz** – przedstaw różne historie pokazujące powielanie wzorca rodzinnego i bycie mu wiernym oraz wyłamania się ze wzorca. Historie mogą być wymyślone i mają uczniom służyć jako impuls do refleksji nad własną drogą, mając na uwadze doświadczenia rodziny.

### Zaproponuj ćwiczenie

Poproś uczniów, by zebrali historie rodzinne i zapisali je w schemacie. Schemat może być zaczerpnięty z drzewa genealogicznego lub schematów zwanych genogramami. W każdym kółeczku, które reprezentuje jedną osobę, warto wpisać kilka informacji.

Następnie zachęć uczniów do przeanalizowania historii rodzinnych pod kątem ulubionych przedmiotów, zainteresowań, ścieżki edukacyjnej i wykonywanej pracy.



**Babcia Barbara**  
 Lubi szyć, zajmować się ogrodem, organizować przyjęcia rodzinne. Ulubione przedmioty: plastyka i przyroda. Szkoła: liceum plastyczne. Studia: nie studiowała. Praca: kierownik domu kultury, prowadziła zajęcia z rysunku, rzeźby, szycia. Organizowała wiele wydarzeń dla społeczności lokalnej.

**Tata Marek**  
 Lubi majsterkować, naprawiać wszelkie usterki. Ulubione przedmioty: technika i fizyka oraz zajęcia techniczne. Szkoła: technikum elektryczne. Studia: nie studiował. Praca: konserwator w szpitalu, odpowiedzialny za utrzymanie sieci i instalacji elektrycznych w budynku.

**Ciocia Katarzyna**  
 Lubi szydełkować, zawsze swoim dzieciom robiła ubrania na drutach i szydełku. Ulubione przedmioty: chemia, matematyka i plastyka. Szkoła: liceum, klasa biologiczno-chemiczna. Studia: farmacja. Praca: pracowała w aptece.

**Wujek Andrzej,**  
 Tak jak jego brat lubi majsterkować, naprawiać usterki. Ulubione przedmioty: chemia i technika. Lubi sport. Wujek został jubilerem, tworzy piękną biżuterię.

**Analiza:** zachęć uczniów do pracy w parach, by wspólnie analizowali zasoby i zdolności poszczególnych osób w swoich rodzinach. Członkowie rodziny ze strony taty mają zdolności manualne, lubią zajęcia wymagające cierpliwości i zajmujące dużo czasu. Wybierają zawody, które wiążą się z dużą odpowiedzialnością, a także mają umiejętności kierowania zespołami i zarządzania pracą innych. Celem rozmów jest ustalenie, jakie zdolności i talenty mają członkowie rodzin uczniów.

**Zaproponuj:** zachęć uczniów do zebrania informacji o swojej rodzinie. Niech spróbują ustalić, jakie były koleje edukacyjno-zawodowe nie tylko najbliższych, ale również wcześniejszego pokolenia oraz kuzynów. Ta szersza perspektywa pokaże, w jakim stopniu osoba stojąca przed decyzją o wyborze szkoły powieli istniejący schemat i z czyjego doświadczenia może czerpać.

## Zakończenie

Wyobraź sobie, że za dziesięć miesięcy będziesz musiał zmienić pracę. Zbliża się nieuchronnie moment, kiedy skończy się czas umowy. Pracujesz już w tym miejscu osiem lat i zasada, jaka obowiązuje, jest taka, że po upływie tego czasu MUSISZ iść do nowej pracy. Co więcej, nie może ona być taka sama, będziesz wykonywał inne zadania i już teraz musisz określić, czy wolisz zajmować się naukami przyrodniczymi, czy chętniej zgłębisz tajniki nauk humanistycznych. Może lubisz sport. Nawet jeśli tego nie wiesz, to MUSISZ się dowiedzieć i wybrać.

Pożegnasz się też ze swoimi kolegami. Każdy z nich jest w takiej samej sytuacji jak ty. Może się zdarzyć, że wielu z nich już NIGDY nie zobaczysz. Spędziliście razem kilka lat, czasem świetnie się Wam razem pracowało. Nastanie KONIEC. Twój szef pyta Cię co jakiś czas, czy już WIESZ, co będziesz robić za dziesięć miesięcy, ba, nawet pyta, co będziesz robić za kolejne osiem lat, bo zasada jest taka, że zmiany MUSISZ dokonać co jakiś czas.

Jak się czujesz?... Czy chcesz dalej robić to ćwiczenie?

Przypomnę Ci o sprawdzianie. Na koniec Twój szef sprawdzi, jak wykonywałeś swoją pracę. Dostaniesz kilka testów i przez trzy dni będzie sprawdzał, co umiesz i co wiesz. Tak więc czeka Cię sporo, ale nie martw się...

Proszę, zastanów się, co czujesz? Czego potrzebujesz w tej sytuacji od ważnych dla Was osób? W Tobie też jest odpowiedź, czego mogą potrzebować Twój uczniowie.

## Bibliografia

- Bardziejewska, M. (2004). Okres dorastania. Jak rozpoznać potencjał nastolatków? W: A. I. Brzezińska (red.), *Psychologiczne portrety człowieka* (s. 355–359). Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Bartkowiak, M. (2016). Sytuacja zawodowa i wartość pracy w życiu współczesnej młodzieży. W: E. Solarczyk-Ambroziak (red.), *Doradztwo zawodowe w perspektywie całościowego uczenia się*. Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Chirkowska-Smolak, T., Hauziński, A., Łaciak, M. (2011). *Drogi kariery. Jak wspomagać rozwój zawodowy dzieci i młodzieży*. Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Grondas, M., Kliszko, M., Leśniewska, K., Garstka, T., Żmijski, J. (2012). *Jak być dobrym wychowawcą*. Wydawnictwo Raabe.
- Kamieniecka, M. (2015). *Decyzje edukacyjno-zawodowe uczniów szkół gimnazjalnych. Raport podsumowujący*. Instytut Badań Edukacyjnych.
- Kamieniecka, M. (2018). *Zrozumieć perspektywę młodego człowieka. W. Edukacja do rozumienia siebie i świata* (s. 127–128). Instytut Badań nad Gospodarką Rynkową.
- Meijers, F. (2012). *Wybieram czy jestem wybieranym?*, Naukowe Seminarium Poradnicze, Dolnośląska Szkoła Wyższa.
- Solarczyk-Ambroziak, E. (2015). Nowe trendy w teoriach rozwoju karier – implikacje dla poradnictwa kariery. *Studia Edukacyjne*, 35/2015. UAM.
- Super, Donald E. (1980), A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior*.
- Wojtasik, B. (2011). *Podstawy poradnictwa kariery*. KOWEZIU.