

ABC przygotowania do wejścia na rynek pracy

cz. 3

Rozpoznawanie predyspozycji zawodowych drogowskazem do sukcesu zawodowego



„Nigdy nie przepracowałem choćby dnia. Zawsze to była zabawa.”

Thomas Edison

Osobowość zawodowa

- ▶ Zdecydowana większość ludzi marzy o tym, aby odnieść sukces zawodowy.
- ▶ Jednym ze sposobów osiągnięcia znakomitych wyników w pracy może być rozpoznanie własnej osobowości zawodowej.

Co to właściwie jest i jak ją sprawdzić?

Osobowość zawodową można określić, odpowiadając na pytania:
jakie są nasze predyspozycje, zdolności oraz zainteresowania.
Dzięki temu szanse na znalezienie odpowiedniej pracy znacznie wzrastają.

Pamiętaj!

- ▶ myśląc o własnym rozwoju, kluczowe wydaje się być poznanie swojej osobowości zawodowej.
 - ▶ Pozwoli Ci to lepiej wybrać zawód.
- ▶ Świadomie wybrany, dostosowany do Twoich predyspozycji i możliwości zawód, będzie mógł Ci dać spełnienie i satysfakcję.



Koncepcja osobowości zawodowej - John Holland

- ▶ Jakie cechy osobowości i środowiska prowadzą do satysfakcjonujących wyborów zawodowych?
- ▶ Jakie cechy osobowości i środowiska prowadzą do stabilności a jakie do zmian w rodzaju wykonywanego zawodu
- ▶ Jak pomagać w wyborach zawodowych?

Teoria Hollanda jest jedną z teorii dotyczących rozwoju zawodowego, w której preferencje zawodowe są kształtowane w relacji do środowisk zawodowych.

Test Hollanda

- ▶ Celem tego testu jest określenie swojego zawodowego typu osobowości.
- ▶ W teście znajdziesz 90 pytań, zaznacz lub zapisz numer tych, z którymi się zgadzasz i które są zgodne z Twoimi opiniami i sposobem myślenia.
- ▶ Oczywiście test wypełnij bez dłuższego zastanawiania się, przyjmując, że pierwsza myśl, jaka Ci przyjdzie do głowy jest najlepsza.
- ▶ Na koniec określisz swój kod-typ zawodowej osobowości.
- ▶ Ale pamiętaj, rzadko kiedy posiadamy tylko jeden, przeważnie jesteśmy jednostkami mieszanymi.

Test do samooceny (Holland)

- ▶ Stwierdzenie, z którym się zgadzasz otocz kółkiem/wypisz na kartce.
- ▶ Test zawiera 90 stwierdzeń.

1. Posiadanie silnego i zgrabnego ciała jest dla mnie ważną sprawą.
2. Staram się dogłębnie zrozumieć rzeczy.
3. Muzyka, kolory, piękno każdego rodzaju może wpłynąć na moje usposobienie.
4. Ludzie wzbogacają moje życie i nadają mu sens.
5. Wierze w siebie, w to, że mam wpływ na rzeczy.
6. Docenia jasno wytyczone kierunki działania, które dokładnie określają, co mam robić.
7. Zwykle potrafię budować, nosić wszystko sam, sam dawać sobie radę.
8. Mogę godzinami myśleć o czymś.
9. Doceniam piękne otoczeni. Kolory i formy znaczą dla mnie bardzo dużo.
10. Kocham towarzystwo.

11. Lubię rywalizację.
12. Muszę mieć najpierw uporządkowane zaplecze, i dopiero potem rozpocząć prace nad projektem.
13. Lubię pracować rękami.
14. Badanie nowych idei daje mi zadowolenie.
15. Zawsze poszukuję nowych sposobów, by dać wyraz moim twórczym zdolnościom.
16. Doceniam możliwość dzielenia moich osobistych spraw z innymi.
17. To, że jestem najważniejszą osobą w grupie, daje mi zadowolenie.
18. Jest dla mnie sprawą honoru, by dbać o wszystkie szczegóły w mojej pracy.
19. Nie przeszkadza mi, że zabrudzę ręce w czasie pracy.
20. Wykształcenie jest dla mnie nieustającym procesem rozwijania i wyostrzania mojego sposobu myślenia.

21. Lubię ubierać się nietradycyjne i próbować nowe kierunki mody i kolory.
22. Często wyczuwam, kiedy jakaś osoba odczuwa potrzebę rozmowy.
23. Lubię organizować ludzi i dawać impuls do pracy.
24. Rutyna pomaga mi w ukończeniu pracy.
25. Lubię kupować rzeczy, które są punktem wyjścia do dalszej pracy.
26. Czasami mogę siedzieć godzinami i pracować nad rozwiązaniem problemów, czytać lub myśleć o życiu.
27. Potrafię wyobrazić sobie rzeczy.
28. Czuję się dobrze, kiedy zajmuję się innymi ludźmi.
29. Lubię, gdy dają mi kredyt zaufania w pracy.
30. Jestem podbudowany, wiedząc że dobrze i starannie rozwiązałem powierzone zadanie.

31. Chciałbym najchętniej być sobą i wykonywać rzeczy praktyczne, pracować rękami.
32. Chętnie czytam książki na jakikolwiek z tematów, który budzi moją ciekawość.
33. Lubię wprowadzać w życie nowe pomysły.
34. W sytuacji, gdy mam jakieś problemy z innymi, preferuje rozmowę i znalezienie rozwiązania.
35. Żeby osiągnąć sukces należy mierzyć wysoko.
36. Lubię sytuację, które wymagają ode mnie podejmowania decyzji i brania za nie odpowiedzialności.
37. Lubię dyskutować.
38. Analizuję dany problem gruntownie, zanim podejmę działania.
39. Lubię zmieniać otoczeni tak, by uczynić je czymś innym i specjalnym.
40. Kiedy jest mi przykro znajduję przyjaciela, by z nim porozmawiać.

41. Kiedy proponuję plan, wolę, żeby inni zajmowali się szczegółami.
42. Zwykle jestem zadowolony z miejsca, gdzie przebywam.
43. Praca na świeżym powietrzu dostarcza mi nowego zasobu energii.
44. Bez przerwy zadaję pytanie. „Dlaczego?”
45. Podoba mi się, że moja praca jest wyrazem mojego nastroju i uczuć.
46. Lubię znajdować sposoby pomagania ludziom, by bardziej byli ludzcy wobec siebie.
47. Branie udziału w podejmowaniu ważnych decyzji jest niezmiernie ciekawe.
48. Zawsze cieszę się, gdy ktoś inny przejmuje kierownictwo.
49. Lubię, gdy moje otoczenie jest proste i praktyczne.
50. Roztrząsam problem, dopóki nie znajdę odpowiedzi.

51. Piękno natury porusza coś ukrytego we mnie.
52. Bliskie stosunki z innymi są ważne dla mnie.
53. Lepsze stanowisko i awans są ważne dla mnie.
54. Efektywność to coś dla mnie: pracować określoną ilość godzin każdego dnia.
55. Dla uniknięcia chaosu potrzebny jest silny system z ustalonym prawem i porządkiem.
56. Książki zmuszające do myślenia zawsze poszerzają moje horyzonty.
57. Bardzo cieszę się z możliwości pójścia na wystawę, do teatru czy do kina.
58. Nie widziałem cię długi czas, powiedz co u ciebie.
59. Niezmiernie ciekawą rzeczą jest możliwość wpływania na innych ludzi.
60. Kiedy przyrzekam, że coś zrobię, wykonuję to do najdrobniejszego szczegółu.

61. Solidna, fizyczna i twarda praca nikomu nie zaszkodzi.
62. Chciałbym nauczyć się wszystkiego, co jest dostępne o tematach, które mnie interesują.
63. Nie chcę być jak inni, lubię robić rzeczy inaczej.
64. Powiedz mi jak ci mogę pomóc.
65. Jestem gotów podjąć ryzyko, by kontynuować sprawy dalej.
66. Lubię jasne i precyzyjne linie postępowania, kiedy coś zaczynam.
67. Pierwsze, co widzę w samochodzie to doby silnik.
68. Ci ludzie działają stymulująco na mój intelekt.
69. Kiedy się czymś się zajmuję, mam tendencję do zapominania o całym świecie.
70. Martwi mnie, że jest tyle ludzi w naszym społeczeństwie, którzy potrzebują pomocy.

- 71. Zabawne jest podsuwać innym ludziom pomysły.
- 72. Nie znoszę, kiedy ktoś bez przerwy zmienia metodę, kiedy akurat kończę pisanie pracy.
- 73. Zwykle znajduje wyjście w sytuacjach „podbramkowych”.
- 74. Nawet samo czytanie o odkryciach jest ciekawe.
- 75. Lubię robić happeningi.
- 76. Zawsze staram się jak mogę, by okazać uwagę ludziom, którzy wyglądają na samotnych i bez przyjaciół.
- 77. Lubię działać.
- 78. Nie lubię robić rzeczy, które nie są zatwierdzone.
- 79. Sport jest ważny, jeśli ciało ma być zdrowe.
- 80. Sposób funkcjonowania natury budził zawsze moją ciekawość.

81. Zabawne jest być w dobrym humorze i robić coś nadzwyczajnego.
82. Sądzę, że ludzie w głębi duszy są dobrzy.
83. Jeśli nie dam sobie rady za pierwszym razem, rozpoczynam jeszcze raz z nową energią i entuzjazmem.
84. Cenię wysoko sytuację, kiedy wiem czego inni ode mnie oczekują.
85. Lubię podzielić rzeczy na czynniki pierwsze, by zobaczyć czy dam sobie radę.
86. Nie denerwuj się. Możemy przemyśleć sprawę i zaplanować następny krok.
87. Byłoby dla mnie trudno wyobrazić sobie moje życie bez pięknych rzeczy wokół mnie.
88. Często tak się dziej, że inni przychodzą do mnie by opowiedzieć o swoich problemach.
89. Zwykle nawiązuję kontakt z ludźmi, którzy mogą pokazać mi drogę do nowych możliwości.
90. Nie potrzebuje dużo, by być szczęśliwym.

Wyniki

Należy zakreślić te same liczby, które zakreśliłeś w teście do samooceny.

R	B	A	S	P	K
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36
37	38	39	40	41	42
43	44	45	46	47	48
49	50	51	52	53	54
55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66
67	68	69	70	71	72
73	74	75	76	77	78
79	80	81	82	83	84
85	86	87	88	89	90

Zapisz ilość zakreślonych liczb w każdej kolumnie poniżej

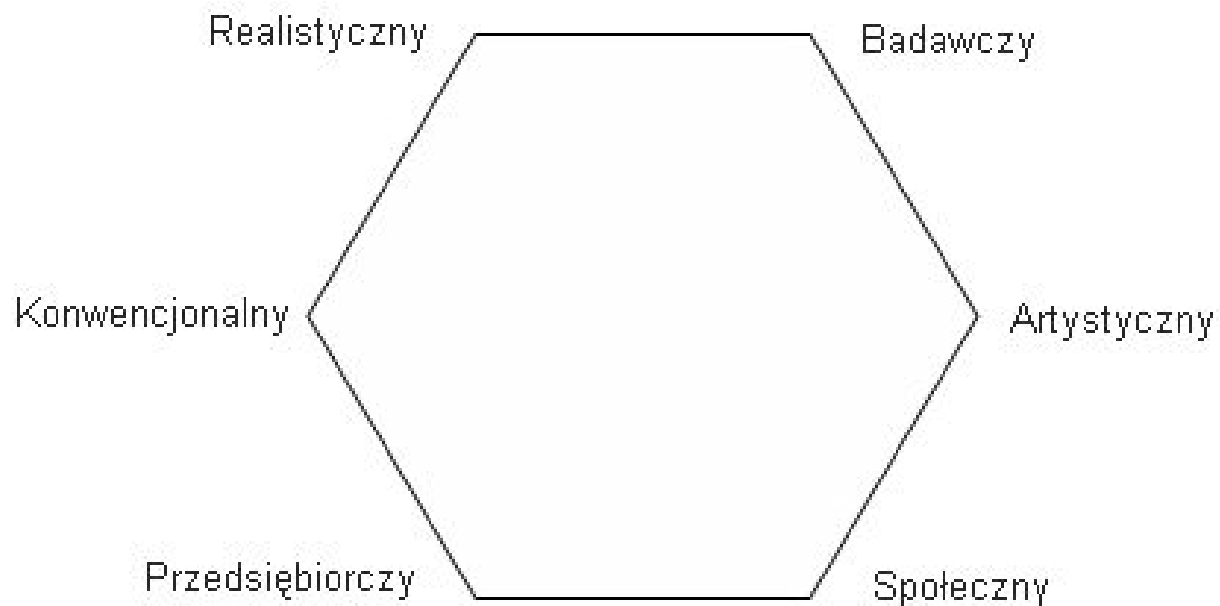
R_____ B_____ A_____ S_____ P_____ K_____

Które z nich otrzymały największe liczby punktów.

1._____ 2._____ 3._____

Koncepcja osobowości zawodowej Johna Hollanda

- W pomocy określeniu się, na pograniczu którego typu jesteś, przychodzi również **układ sześciokątny**, który pokazuje połączenia danych typów.



TYP REALISTYCZNY (R)

Preferowane zachowania	posługiwanie się rzeczami, narzędziami, maszynami, hodowla zwierząt, uprawa roślin
Kompetencje	kompetencje manualne mechaniczne, rolnicze, elektryczne, techniczne
Słabe strony	społeczne, oświatowe
Wizerunek samego siebie	zdolności mechaniczne, sprawność fizyczna
Wartości	pieniądze, władza, status, hierarchia
Cechy	nietowarzyski, bezpośredni, uparty
Zainteresowania zawodowe	rośliny i zwierzęta, mechaniczne, ochronne przemysłowe
Zawody	inżynier mechanik, kierowca, murarz, stolarz

TYP BADAWCZY (B)

Preferowane zachowania	badanie zjawisk: fizycznych, biologicznych, kulturowych, logiczne, analityczne, myślenie
Kompetencje	kompetencje naukowe i matematyczne
Słabe strony	przywództwo, perswazja, podejmowanie decyzji
Wizerunek samego siebie	zdolności intelektualne, szkolne, matematyczne i naukowe
Wartości	nauka
Cechy	analityczny, dociekliwy, niezależny, introspektywny, precyzyjny, racjonalny, chłodny
Zainteresowania zawodowe	naukowe
Zawody	biochemik, botanik, dentysta, chemik

TYP ARTYSTYCZNY (A)

Preferowane zachowania	posługiwanie się materiałem fizycznym, słownym i ludzkim w celu wytworzenia dzieł sztuki lub produkcji artystycznej
Kompetencje	kompetencje artystyczne: języki, sztuka, muzyka, teatr, pisanstwo
Słabe strony	biurowe
Wizerunek samego siebie	ekspresyjny, oryginalny, intuicyjny, introspektywny, niekonformistyczny, niezależny, „niepoukładany”
Wartości	estetyka
Cechy	niezorganizowany, ekspresyjny delikatny, oryginalny, niezależny, introspektywny
Zainteresowania zawodowe	artystyczne
Zawody	projektant wnętrz, projektant mody, wizażysta, autor scenariuszy, copywriter

TYP SPOŁECZNY (S)

Preferowane zachowania	Wpływanie na innych w celu informowania, szkolenia, rozwoju, pomaganie innym
Kompetencje	kompetencje międzyludzkie i oświatowe
Słabe strony	manualne i techniczne oraz zdolności naukowe
Wizerunek samego siebie	lubiący pomagać innym, rozumiejący innych, zdolności nauczania
Wartości	działalność społeczna i etyczna
Cechy	chętny do współpracy, przyjacielski, pomocny, dobry, pełen taktu, ciepły
Zainteresowania zawodowe	humanitarne, przywódcze - wpływanie na innych, usługi
Zawody	psycholog, doradca zawodowy, nauczyciel, pracownik socjalny, ksiądz, mediator

TYP PRZEDSIĘBIORCZY (P)

Preferowane zachowania	Kierowanie lub manipulowanie innymi w celu osiągnięcia celów organizacji lub korzyści ekonomicznych
Kompetencje	kompetencje przywódcze, międzyludzkie, umiejętność perswazji
Słabe strony	naukowe
Wizerunek samego siebie	lubiany, pewien siebie, towarzyski, zdolności krasomówcze, agresywny
Wartości	osiągnięcia w dziedzinie polityki i gospodarki
Cechy	ambitny, dominujący, ekstrawertyczny, rozmowny, optymistyczny
Zainteresowania zawodowe	kierowanie, wpływanie na innych, zarządzanie, sprzedaż
Zawody	Adwokat, przedstawiciel handlowy, menager, kierownik

TYP KONWENCJONALNY (K)

Preferowane zachowania	Praca z danymi, dbałość o dokumenty
Kompetencje	kompetencje biurowe, obliczeniowe
Słabe strony	artystyczne
Wizerunek samego siebie	dokładny, zaplanowany, zdolności urzędnicze i organizacyjne
Wartości	osiągnięcia w biznesie
Cechy	zorganizowany, dostosowujący się, wydajny, rozważny, posłuszny
Zainteresowania zawodowe	praca biurowa
Zawody	Księgowa, sekretarka, kasjer bankowy, urzędnik

Podsumowanie



Podsumowanie

- ▶ *Poznanie siebie pozwala na trafniejszy wybór zawodu, jaki się chce zajmować*
- ▶ *Wiedza ta daje nam możliwość wykonywania pracy, która będzie dawała satysfakcję zawodową. Pozwala nam także lepiej zaprezentować się, np. podczas rozmowy kwalifikacyjnej*
- ▶ *Cennym źródłem informacji na temat naszych mocnych stron oraz talentów mogą być inni ludzie: rodzice, znajomi, pedagog, doradca zawodowy, którzy dostrzegają nasze możliwości*
- ▶ *Aby dokonać prawidłowego wyboru zawodu oraz dalszej ścieżki kształcenia, należy skonfrontować opinie uzyskane od innych ludzi z własnym*
- ▶ *Jeśli dobrze poznasz swoje mocne i słabe strony, łatwiej Ci będzie ustalić, w jakiej dziedzinie i na jakim stanowisku pracy masz największe szanse na odniesienie sukcesu*
- ▶ *Adekwatna samoocena jest czynnikiem wspomagającym trafny wybór zawodu*
- ▶ *Drogę zawodową należy planować zgodnie z rzeczywistością. Czasem zdarza się, że osoby z zawyżoną samooceną wybierają dla siebie szkołę, do której trudno się dostać. Narażają się wtedy na porażkę. Z kolei osoby z niską samooceną mogą wybrać dla siebie nieodpowiednią szkołę bojąc się, iż nie dostaną się do „lepszego”. Jedna i druga postawa nie jest właściwa*

Dobry wybór szkoły/zawodu wymaga dobrego samopoznania.

Samopoznanie jest odkrywaniem własnego potencjału, czy też tzw. predyspozycji.



Jeżeli potrzebujesz pomocy przy interpretacji testu serdecznie zapraszamy do kontaktu 😊

biurokarier@pwsz-ns.edu.pl

tel.: 601 860 042, 18 443 45 45

Ewelina Kasalik-Kowal – doradca zawodowy, trener kadr wew. 115

Katarzyna Kowalczyk – doradca zawodowy, coach wew. 113



PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA W NOWYM SĄCZU

Inspirację zaczerpnięto z:

<http://www.pedagog-szkolny.pl>

<https://www.praca.pl>

<http://psychologbiznesu24.pl>

<https://mojepredyspozycje.pl>