

Uczniu: w poszukiwaniu tożsamości i... zawodu

część II

Podróż ku dojrzałej tożsamości rozpoczynasz od tzw. **tożsamości rozproszonej**: obserwujesz wówczas związane z dojrzewaniem zmiany w swoim wyglądzie, które mogą wywoływać różne emocje, a także napięcie, gdyż do tej pory spostrzegałeś siebie w inny sposób. Wywołuje to zwykle niemałe zamieszanie, może też wprowadzić w Twoje życie apatię. Skupienie na tym, co dzieje się z Twoim ciałem skutecznie zniechęca Cię do interesowania się swoją przyszłością. Jeśli zatrzymasz się na tym etapie dłużej – możesz nie widzieć sensu w planowaniu, projektowaniu swojej przyszłości zawodowej, może nie zależeć Ci na wyborze dopasowanej do Twoich możliwości szkoły czy zawodu, nie mówiąc już o wcześniejszym odkryciu swoich zainteresowań czy pasji. Takie tematy Cię wtedy nie interesują, a kontakt z doradcą zawodowym wydaje Ci się całkowicie bezsensowny...

Przeżycia z pierwszego etapu rozwoju tożsamości skłaniają Cię, w celu uzyskania lepszego samopoczucia, ku poszukiwaniu osób, które obdarzą Cię akceptacją takim, jaki jesteś. Zaczynasz wówczas wkraczać w etap **tożsamości lustrzanej (przybranej)**. Bez zastanowienia przyjmujesz jako własne czyjeś poglądy, przekonania, pomysły. Jesteś niechętny wobec zmian. Jeśli zatrzymasz się na tym etapie dłużej – Twój wybór zawodu czy szkoły, przyszłej kariery zawodowej może w istocie nie być Twoim wyborem. Wybierzesz taką ścieżkę, jaką wybiorą za Ciebie inni, co w dorosłym życiu może skutkować wieloma rozczarowaniami. Wtedy będzie już jednak za późno...

Kolejny etap, przybliżający do dojrzałej tożsamości – etap **tożsamości odroczonej (moratoryjnej)** cechuje się poszukiwaniami czegoś, co byłoby dla Ciebie atrakcyjne i dobre. Testujesz różne ideologie i często je zmieniasz, co może wprawić w niepokój Twoją rodzinę. Ale jest to element Twojego rozwoju – aby odkryć siebie musisz działać, sprawdzać, próbować. Ale też... wyciągać wnioski. Skoro uczęszczanie na modny aktualnie kurs tańca nie dało Ci prawdziwej satysfakcji oznacza to, że Twoje zainteresowania dotyczą innego obszaru i musisz szukać dalej. Może jakiś alternatywny pomysł, np. wolontariat, pozwoli Ci nagle odkryć, że interesuje Cię kontakt z ludźmi, pomaganie im, wspieranie. **To co dobre dla innych – nie musi być dobre i atrakcyjne dla Ciebie. Pamiętaj, że dotyczy to także wyboru szkoły!** Możliwe, że Twój najlepszy przyjaciel/przyjaciółka wybiera się do szkoły, która wydaje mu się najbardziej godna polecenia, ale nie oznacza to, że **Ty** też będziesz tak ją oceniać.

Dodatkowym zagrożeniem związanym z kształtowaniem się Twojej tożsamości jest **nadmierne przywiązanie do wizerunku świata, życia, młodego człowieka, jaki kreują media**. Jak go odbierasz? Czy pomaga Ci w określaniu siebie, czy wzmacnia Twoją samoocenę (która również wpływa na wybór zawodu czy szkoły), czy też często jest źródłem frustracji, negatywnych dla Ciebie porównań, złości czy żalu? Pamiętaj, że świat kreowany przez media często odbiega od realnego..., a tymczasem nadmierne do niego przywiązanie może skutkować ukształtowaniem się tzw. **tożsamości medialnej**. Drogowskazem dla Ciebie będzie wówczas styl życia celebrytów czy bohaterów telenowel lub różnych programów telewizyjnych. Orientacja na przyjemność, rozrywki i wygodne życie zazwyczaj może być źródłem wielu rozczarowań w dorosłym życiu... Czy tego właśnie chcesz?

Jak zatem odkryć siebie? W tak młodym wieku? Opisane wyżej etapy budowania Twojej tożsamości skłaniają do wyciągnięcia jednego, nadrzędnego wniosku: **warto przede wszystkim działać, czyli poszukiwać informacji o sobie, a wcześniej okazji do ich zdobycia**. Także Internet i telewizja mogą (w rozsądnym, rzecz jasna, zakresie) temu sprzyjać.

Poniżej znajdziesz kilka „namiarów” na strony służące m.in. poznawaniu swoich możliwości w kontekście planowania kariery zawodowej, wyboru zawodu:

Internet w służbie poznawania siebie, m.in.:

www.wyberamzawod.pl – strona projektu "Wybieram zawód": znajdziesz tu oprócz *Poradnika dla gimnazjalistów „Rozwój, problemy i zagrożenia”* także *Kwestionariusz Nastawień Intrapersonalnych, Interpersonalnych i Nastawień wobec Świata*, a także *Kwestionariusz Postaw Twórczych vs. Odtwórczych*, ponadto *Filmy o zawodach* – do bezpłatnego pobrania.

www.vademecumtalentu.pl – strona projektu "Vademecum talentu": znajdziesz tu m.in. *Test do samobadania* (zakładka: *Materiały metodyczne - Testy*), służący określeniu zainteresowań zawodowych; ponadto *Przewodnik po wolnym czasie*, *Podręcznik dla ucznia* – na podstawie którego (wraz z *Arkuszymi wsparcia od rówieśników, od nauczyciela/doradcy, od rodzica*) możesz stworzyć własne *Portfolio kariery* (zakładka: *Materiały metodyczne - Różne*).

www.poznajswiat.ecorys.pl – strona projektu „Poznaj swoje zainteresowania i świat zawodów szkolnictwa zawodowego”; zakładka: *Materiały do pobrania* zawiera m.in. *Przewodnik edukacyjny dla Ucznia*, w którym znajdziesz m.in. *Test do samobadania zainteresowań zawodowych*, ponadto program komputerowy *Poznaj swoje zainteresowania i świat szkolnictwa zawodowego*.

www.sdsiz.pl – Stowarzyszenie Doradców Szkolnych i Zawodowych: strona zawiera m.in. publikacje z zakresu doradztwa zawodowego, przykładowe materiały do pobrania (zakładka: *Warsztat doradcy*, następnie: *Dla uczniów gimnazjów*); ponadto informacje dotyczące projektów, konferencji, a także Ogólnopolskiego Tygodnia Kariery (OTK).

<http://www.doradztwozawodowe-koweziu.pl/narzedzia-dla-ucznia.html> - strona projektu „Opracowanie modelu poradnictwa zawodowego oraz internetowego systemu informacji edukacyjno-zawodowej” zawierająca m.in. *Narzędzia dla ucznia* (zakładka) – bezpłatne testy do pobrania dotyczące m.in. predyspozycji zawodowych oraz informacje dotyczące zmian w szkolnictwie ogólnym i zawodowym od września 2012 r.

<http://www.psychologia.net.pl/testy.php?test=zawod> – Psychologia.net.pl – portal psychologiczny, zawiera m.in. *Test zainteresowań zawodowych* do wypełnienia on-line.

Telewizja w służbie rozwoju zainteresowań, m.in.:

NATIONAL GEOGRAPHIC,
DISCOVERY CHANNEL,
DISCOVERY SCIENCE
BBC KNOWLEDGE
TVP HISTORIA,
TVP KULTURA,
ANIMAL PLANET.

Powodzenia☺

oprac. z wykorzystaniem materiałów z publikacji:
M. Klis, S. Niecuiński, *Poradnik – Rozwój, problemy i zagrożenia, wybór zawodu*,
Wyd. MEN, Kraków 2011

Elżbieta Swat-Padrok

