

	<p style="text-align: center;"><b>EÖTVÖS LORÁND TUDOMÁNYEGYETEM</b></p> <hr/> <p style="text-align: center;"><b>SAVARIA REGIONÁLIS PEDAGÓGIAI SZOLGÁLTATÓ ÉS KUTATÓ KÖZPONT</b></p> <p>9700 Szombathely, Károlyi Gáspár tér 4, Tel.: (36-94) 519-600 E-mail: <a href="mailto:fejlesztes@srpszkk.elte.hu">fejlesztes@srpszkk.elte.hu</a>; honlap: <a href="http://www.srpszkk.hu">www.srpszkk.hu</a> OM: 200 851, Felnőttképzési nyilvántartási szám: B/2021/000476</p>
---	--



---

## Önismeret a pályorientáció tükrében

### 2 órás tanulói program

**A tanulói program képzője: Csáki Ivett, Lajos Andrea**

#### **A tanulói program célja:**

A pályaválasztási döntés nem egy egyszeri alkalom, hanem egy folyamat, melyben fontos szerepet játszik az érdeklődés, az adottság, a készség, képesség, tanulási motiváció, személyes élmények, tapasztalatok, és az önismeret. A foglalkozás során játékos feladatokon keresztül az önismeret fejlesztésére helyezük a hangsúlyt, hogy ezzel is segítsük a tudatosabb pályaválasztást, illetve célunk a csapatmunka erősítése, hiszen ezek a mindennapi életben, az osztályközösségben is fontos szerepet játszanak.


Az interaktív játékokkal feltérképezzük, megvizsgáljuk az egyén adottságait, tulajdonságait, képességeit. A szituációs feladatokkal megnézzük, hogyan reagál, viselkedik adott helyzetekben, az irányított kérdések által feltérképezzük az egyén erősségeit, gyengeségeit.

Az élménypedagógiai foglalkozáson keresztül tudatosítjuk a gyerekekben, hogy a számukra nem ismeretlen, de az iskolai keretek között kevésbé kiemelt témakörök, kérdések, helyzetek hogyan járulnak hozzá önismeretük bővítéséhez, önmaguk megismeréséhez.

#### **A tanulói program rövid tartalma:**

A foglalkozás elején kötetlen beszélgetés a pályorientációról, a pályaválasztás nehézségeiről, a kamaszkor sajátosságairól, megismertetve velük a munkáltató által elvárt skilleket (képességeket), különös hangsúlyt fektetve azon képességekre, melynek birtokában felkészülhetnek a jövő kihívásaira (pl. reziliencia, alkalmazkodó képesség, kritikus gondolkodás). Ezt követően interaktív, élményalapú módszerekkel, játékokkal támogatjuk a tanulók önismeretének fejlődését. A programnak fontos része a közös problémamegoldó játék, melynek során „mesterséges” szituációban vizsgálhatjuk meg a csoport működését, dinamikáját, azon belül az egyén viselkedését, felismertetve képességeket, amik hatással vannak egy csoport együttműködésére.

A foglalkozás végén összegzést készítünk, ahol a résztvevők megoszthatják tapasztalataikat, felismeréseiket. Saját erősségeik ismeretében és reális célokkal felvértezve, magabiztosan, tudatosan álljanak neki a pályaválasztási folyamatnak.

	<b>EÖTVÖS LORÁND TUDOMÁNYEGYETEM</b>
	<b>SAVARIA REGIONÁLIS PEDAGÓGIAI SZOLGÁLTATÓ ÉS KUTATÓ KÖZPONT</b>

9700 Szombathely, Károlyi Gáspár tér 4, Tel.: (36-94) 519-600  
 E-mail: fejlesztés@srpszkk.elte.hu; honlap: [www.srpszkk.hu](http://www.srpszkk.hu)  
 OM: 200 851, Felnőttképzési nyilvántartási szám:  
 B/2021/000476



### A tanulói program tematikája:

Sorszám:	A tematikai egység címe:	Munkaformák, tevékenységek:	Perc
1.	Pályaválasztás	beszélgetés	10
2.	Önismereti játékok	egyéni, kiscsoportos	50
3.	Csapatépítő játékok	kiscsoportos, csapatmunka	50
4.	Reflexió	beszélgetés	10

### Ajánlott oldalak és irodalom:

Besnyi Szabolcs és Nagy Gábor Mápó (2017-2021): *A játék nem játék, 1-2. Játépedagógia nem csak pedagógusoknak.* Optimus Tréning Kiadó, Katalizátor Kiadó, Budapest

Liddle, Matthew D. (2008): *Tanítani a taníthatatlant. Élménypedagógiai kézikönyv.* Pressley Ridge, Budapest <https://www.scribd.com/document/514796104/Tanitani-a-Tanithatatlant-2-Kiadas> (2025.03.11.)

Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Hivatal: *Pályaorientációs portál. Kérdőívek.* <https://palyaorientacio.nive.hu/kerdoivek> (2025.03.11.)

Piarista Kilátó Központ. [Témahetek, pályaorientáció, módszertani anyagok] [https://www.kilato.piarista.hu/?fbclid=IwY2xjawI2erZleHRuA2FlbQIxMAABHQHd0ZuKIxikPnMugI2DlypxvaQe7hIO3pzg7wewEAGe0OwjyGrWGrtt8w\\_aem\\_cdJ-RM6keWxJaxKE9AbIXQ#](https://www.kilato.piarista.hu/?fbclid=IwY2xjawI2erZleHRuA2FlbQIxMAABHQHd0ZuKIxikPnMugI2DlypxvaQe7hIO3pzg7wewEAGe0OwjyGrWGrtt8w_aem_cdJ-RM6keWxJaxKE9AbIXQ#) (2025.03.11.)

### Foglalkozáshoz használható eszközök, játékok:

- Hogy vagy kártya
- Körvonal 1-2. kártya
- Ki az, aki kártya
- Csapaépítő kártya
- Polarity kártya
- Merre tovább kártya