

A gyakorlat címe	<b>Nem szeretem! – Akkor ne csináld!</b>
A gyakorlat típusa	kommunikációs; önismereti; dramatikus
Javasolt korcsoport	14-16 éves, 17-20 éves
Időigény	10-20 perc
Helyigény	tanteremben megvalósítható
Eszközigény	munkalap közepén „Nem szeretem, nem esik jól.” felirattal – a diákok számának megfelelő mennyiségben
A gyakorlat részletes leírása	<p>Előkészítés: a tanár a tanulók számának megfelelő mennyiségben sokszorosít egy olyan lapot, amelynek a közepén ennyi áll: „Nem szeretem, nem esik jól.”</p> <p>Minden tanuló kap egy munkalapot, és öt percen keresztül olyan dolgokat ír le rá, amelyekről biztosan tudja, hogy nem esik jól neki, nem szereti, nem „az ő világa”.</p> <p>Ezután párok alakulnak. Egyikük a pályaválasztási tanácsadó szerepét játssza, másikuk pedig pályairányt kereső önmagát. A lap segítségével beszámol a tanácsadónak arról, hogy milyen helyzetek azok, amelyekben nem igazán érzi jól magát. Társa a tanácsadó szerepében gondolatokat fogalmaz meg arra vonatkozóan, hogy ebben az esetben milyen pályairányokat nem érdemes választania.</p> <p>Két perc múlva mindenki szerepet és párt cserél, s most új pályakeresők, illetve tanácsadók beszélgetnek.</p> <p>Végül mindenki körbe ül, és elmondja, hogy milyen érzései voltak az egyik, illetve a másik szerepben.</p>
Javasolt reflexiós kérdések, feldolgozási szempontok	<p>Miért fontos tisztában lennünk azzal, hogy mi az, amit nem igazán szeretünk csinálni?</p> <p>Mikor lehetünk biztosak abban, hogy egy foglalkozás nem nekünk való?</p> <p>Meddig érdemes kísérletezni azzal, hogy legyőzzük az idegenkedésünket?</p>
Kulcsszavak (címkék)	önismeret, tanulási stílus, munkastílus, verbális kommunikáció, pályák – pályakörök, érdeklődési irány
Forrás	

