refleksja zamiast etykiety

Poznaj siebie

24 karty zamiast testu na osobowość

klasy 6–8 i liceum

24 karty do druku, instrukcja dla nauczyciela,
pytania do rozmowy i karta „Moja mapa”

Nadzór merytoryczny: Mateusz Będkowski, pedagog, magister terapii pedagogicznej
Materiały przygotował zespół Nie każ mu liczyć! · godzina-wychowawcza.pl

Zasady korzystania: https://niekazmuliczyc.pl/licencja/ · materiał do pracy w jednej klasie

Dla nauczyciela

Jak używać kart

Czym te karty są

To ćwiczenia refleksji: uczeń zapisuje, co lubi, jak pracuje i co jest dla niego ważne. Nie ma punktacji ani wyniku. Karty nie diagnozują osobowości i nie służą do przypisywania uczniom typów.

Dlaczego bez testu

Rzetelne testy psychologiczne wymagają przeszkolenia i norm, a wynik łatwo zamienia się w etykietę („jestem introwertykiem, więc nie występuję"). Karty zostawiają uczniowi opis własnych zachowań, który może się zmieniać.

Jak prowadzić

Rozdaj jedną kartę na lekcję lub tydzień. Daj 10–15 minut na samodzielne wypełnienie w ciszy, potem 5–10 minut na rozmowę w parach o jednym punkcie, który zaskoczył. Karta należy do ucznia: nie zbieraj jej i nie oceniaj.

Pytania do rozmowy po karcie

Co cię w odpowiedziach zaskoczyło? Co zmieniłbyś, gdybyś wypełniał kartę za pół roku? Jak twoje zachowanie wpływa na grupę? W jakich sytuacjach chcesz zachowywać się inaczej?

Czego unikać

Nie czytaj kart na forum, nie porównuj uczniów i nie nazywaj ich („ty jesteś liderem"). Nie wymuszaj odpowiedzi o sprawach rodzinnych i zdrowotnych. Jeśli uczeń ujawni trudną sytuację, porozmawiaj po lekcji i skontaktuj się z pedagogiem według procedury szkoły.

Kiedy potrzebne jest badanie

Jeśli uczeń lub rodzic potrzebuje diagnozy zainteresowań, zdolności lub zawodowych predyspozycji, kieruje się do poradni psychologiczno-pedagogicznej. Szkoła diagnozy nie wykonuje.

Licencja

Wolno drukować karty dla uczniów jednej klasy. Nie wolno ich sprzedawać ani udostępniać w sieci. Zasady: https://niekazmuliczyc.pl/licencja/

Moje zainteresowania w tygodniu

Imię (nie musisz podpisywać): _____ Data: _____

Zainteresowania widać w tym, co robisz, gdy nikt ci nie każe.

1. Trzy rzeczy, które robiłem w tym tygodniu z własnej ochoty:

2. Przy której z nich zapomniałem o czasie?

3. Co z tego chciałbym robić częściej?

To nie jest test. Nie ma wyniku, nie ma typów i nie ma złych odpowiedzi.

Jak pracuję w grupie

Imię (nie musisz podpisywać): _____ Data: _____

Zaznacz, jak często zachowujesz się w sposób opisany w zdaniu. To nie jest test, wyniku nie ma.

	prawie nigdy	rzadko	czasem	często	prawie zawsze
Proponuję pomysły na początku pracy.	◯	◯	◯	◯	◯
Pilnuję, żeby wszyscy mieli głos.	◯	◯	◯	◯	◯
Dopracowuję szczegóły, gdy inni skończą.	◯	◯	◯	◯	◯
Pilnuję czasu i planu.	◯	◯	◯	◯	◯
Wolę, gdy ktoś inny prowadzi.	◯	◯	◯	◯	◯

Co zauważyłem(-am)?

To nie jest test. Nie ma wyniku, nie ma typów i nie ma złych odpowiedzi.

Co jest dla mnie ważne

Imię (nie musisz podpisywać): _____ Data: _____

Zaznacz pięć wartości, które są dla ciebie najważniejsze w tym roku.

- ☐ rodzina
- ☐ uczciwość
- ☐ wolność
- ☐ pomaganie innym
- ☐ bezpieczeństwo
- ☐ spokój
- ☐ szacunek
- ☐ humor
- ☐ pieniądze
- ☐ technologia
- ☐ przyjaźń
- ☐ nauka
- ☐ sport
- ☐ kreatywność
- ☐ sukces
- ☐ przygoda
- ☐ zdrowie
- ☐ wiara/przekonania
- ☐ natura
- ☐ wspólnota klasy

Dlaczego te pięć?

To nie jest test. Nie ma wyniku, nie ma typów i nie ma złych odpowiedzi.