



METODY ROZVOJE - STUDENTI

PSYCHODIAGNOSTICKÝ AUDIT
POPISOVÁ ČÁST HODNOTÍCÍCH KRITERIÍ
JMÉNO A PŘÍJMENÍ: DEMO DEMO
DATUM VYHOTOVENÍ TESTU: 14.09.2010



UPOZORNĚNÍ:

Komplexní výstup psychodiagnostiky WORKtest® obsahuje 2 části. Jednu verbální, popisující přehled hodnotících kriterií (způsobilostí) a grafickou část uvádějící měřitelné hodnoty kriterií, která je součástí tohoto výstupu. Závěr grafické části výstupu tvoří celkové skóre hodnocení, závěr a doporučení, informaci jak číst výsledky grafu a upozornění.

Popisovou část nedoporučujeme interpretovat bez grafické části.



1. PREFERENCE STUDIJNÍHO TYPU	
<p>DOTYKOVÝ, POCITOVÝ (kinestetický) STUDIJNÍ TYP</p> <p>Znamená to, že se nejlépe učíš, když můžeš zapojit celé tělo a prožít vše tzv. na vlastní kůži, jinými slovy pohyb těla ti učení usnadňuje. Učíš se pomocí dotyků, pohybů, tvořením, kreslením, nejlépe, když jsi fyzicky aktivní. Při učení se musíš hýbat, věci si osahávat, objevovat, experimentovat, komunikovat apod. Častá gestikulace ti pomůže se soustředit. Zůstat na jednom místě je pro tebe obtížné. Dobře si pamatuješ to, co si vytvořil, ale nemáš ani potíže s tím, co si viděl nebo slyšel. Vyhovuje ti, pokud můžeš při studiu často přecházet sem a tam. Pomáhá ti číst ve stoje a gestikulovat. Jazyky se nejlépe učíš za pohybu. Můžeš si pomoci gestem, například pohybuješ tužkou.</p> <p>Naše tipy pro dotykový studijní typ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • dělej umělecké projekty, chod' na vycházky, hraj divadlo • při studiu klidně žvýkej žvýkačku, houpej se na židli, chod' dokola; • používej na učení kartičky a rozděluj je tak, jak mají mezi sebou vazby; • při čtení si ukazuj prstem, co čteš, zejména na prvním stupni; • při studiu si dělej časté, ale ne dlouhé, přestávky; • klidně si při učení hraj s tužkou nebo poklepávej nohou; • používej při učení počítač, pracuj s myší a klávesnicí; • online kurzy studuj venku na tabletu či telefonu. <p><u>Komentář:</u> Tvůj studijní typ určují oranžová a žlutá barva v grafu. Modrá barva znamená záložní typ a může být vhodnou kombinací. Šedá barva v grafu znamená efektivní styl učení.</p>	<p>dostatečná (51-65%)</p>
<p>POSLECHOVÝ (auditivní) STUDIJNÍ TYP</p> <p>Znamená to, že si lépe pamatuješ jména než tváře. Jinými slovy, co si napíšeš, poslechněš a třeba i pro sebe zopakuješ, to se ti lépe pamatuje. Pokud se soustředíš a něco řešíš, často si povídáš pro sebe, což je typický projev. Stejně tak, pokud se nudíš, budeš hledat někoho, s kým si můžeš povídat. Nejlépe se učíš posloucháním. Lépe si pamatuješ to, co si slyšel než to, co si viděl napsané. Dobře se učíš i pomocí čtení nahlas, protože se u toho zároveň slyšíš. Jazyky se nejlépe naučíš poslechem.</p> <p>Naše tipy pro auditivní studijní typ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • používej audioknihy a podcasty; • uč se pomocí kartiček, ale čti a opakuj si je nahlas; • i při testu si otázky alespoň šepťej pro sebe; • ve třídě si sedej tak, at' dobře slyšíš; • své poznámky si nahraj a opakovaně poslouchej; • stahuj si látku do svého telefonu a kdekoli poslouchej. <p><u>Komentář:</u> Tvůj studijní typ určují oranžová a žlutá barva v grafu. Modrá barva znamená záložní typ a může být vhodnou kombinací. Šedá barva v grafu znamená efektivní styl učení.</p>	<p>dostatečná (51-65%)</p>



DEMO DEMO, 21.6.1963

ZRAKOVÝ (vizuální) STUDIJNÍ TYP

dostatečná (51-65%)

Znamená to, že si dobře pamatuješ obličej či obrázky. Jinými slovy, co vidíš a představíš si, to se ti lépe pamatuje. Při odpočinku nejraději čteš knihy nebo sleduješ filmy. Baví tě učit se pomocí obrázků, fotografií, tabulek, grafů, barev, schémat, myšlenkových map. Nemusí se jednat pouze o fyzické obrázky, ale i o ty, které si představíš ve své mysli. Při výkladech ti pomohou i powerpointové prezentace či přehledně graficky zpracované podklady například i do myšlenkových map či grafických struktur. Čtení, kreslení a psaní jsou optimální metody pro vizuální studijní typy. Poslechy a mluvení mohou být slabší stránkou, proto je vhodné obrázky doplnit zvukovými nahrávkami. Co to znamená? Že když se učíš, je pro tebe dobré látku nejen vidět ale zároveň poslouchat i výklad. A tím procvičíš také poslech. Jazyky se ti nejlépe budou učit kreativně. Pomocí obrázků či kreativních map lépe pochopíš gramatiku.

Naše tipy pro vizuální studijní typ:

- při učení si podtrhávej slova;
- používej různé barvy, bubliny, diagramy, kartičky apod.;
- uč se z opticky přehledně zpracovaných podkladů;
- při učení využívej i poslechy, hodně to pomůže pamatovat si;
- zapoj představivost;
- zavírej při učení oči a představuj si, co si potřebuješ zapamatovat;
- ve škole si sedej do předních lavic, abys dobře viděl/a na tabuli;
- preferuj hodiny nebo systém, který často využívá grafické prezentace;
- při vysvětlování kresli, piš, používej obrázky, tím si fixuješ pamatování.

Komentář:

Tvůj studijní typ určují oranžová a žlutá barva v grafu. Modrá barva znamená záložní studijní typ a může být vhodnou kombinací. Šedá barva v grafu znamená efektivní styl učení.

2. METODY VZDĚLÁVÁNÍ A ROZVOJE PRO STUDENTY A DOROST

AGILITY ROZVOJ

rozvinutá (65-75%)

Jedná se o velmi účinnou a efektivní metodu rozvoje zaměřenou na hbitost - schopnost jedince implementovat informace a dovednosti do reálné praxe. Cílem rozvoje je získání dovednosti pružně reagovat, jednat a rozhodovat v podmínkách, kdy má jedinec minimum informací, přičemž správné rozhodnutí závisí na situaci, která nastala. K agilitě vede potřeba a motivace se něco naučit, vyřešit a zavést do praxe jako účinný systém, proces, či funkcionalitu. Změna a implementace změny je klíčovým prvkem agilního rozvoje. Tato forma rozvoje je vhodná pro studenty školní populace zejména od 15 let.

BRAINSTORMING

rozvinutá (65-75%)

Je skupinová technika, jejímž cílem je vymýšlení maximálně možného počtu nápadů na dané téma. Každý účastník rozvoje je vybízen, aby navrhl způsob řešení problému. Po předložení jednotlivých návrhů se hledá optimální řešení nebo optimální kombinace návrhů řešení. Brainstorming je vhodným a účinným doplňkem workshopů; vhodný při řešení konkrétních situací, které v reálném životě u studentů nastávají, které se již staly v minulosti nebo naopak při řešení nových věcí pro budoucnost. Předpokladem úspěchu je volba vhodné skupiny (zajímavé strany na daném problému nebo problému). Důležitým předpokladem úspěchu je zkušený moderátor, který by měl mít nadhled nad řešenou oblastí, měl by být autoritou a respektovanou osobou všemi zúčastněnými. Nutností této metody rozvoje je navodit pozitivní přátelskou atmosféru, uvolnění a oproštění se od prosazování jednotlivců. Cílem zainteresovaných je respektovat myšlenky a názory, konstruktivně reagovat na nápady ostatních, ponechat všem prostor. Tato forma rozvoje je vhodná pro studenty školní populace od 12 let.



DEMO DEMO, 21.6.1963

<p>DOVEDNOST ASERTIVITY</p> <p>Metoda rozvoje se zaměřuje na oblíbenou formu vzdělávání, která si klade za cíl zvýšení úrovně osobních dovedností včetně komunikace. Metoda rozvíjí zejména schopnost prosazovat své názory vhodnou formou a včas rozpoznat manipulaci. Velmi často se využívá metod simulace a hraní rolí. Metoda rozvoje asertivity je vhodná pro posilování sebedůvěry a sebejistoty jedince, asertivita posiluje psychickou stabilitu a odolnost jedince, který konstruktivně reaguje na zátěž či stres, případné konfliktní situace. Dalším vhodným způsobem mohou být techniky pozitivního sdělování negativních zpráv apod. Tato metoda rozvoje je vhodná pro širokou cílovou skupinu studující populace, kde se vyžaduje otevřená, věcná komunikace bez účasti manipulace a agresivity, zejména pak i ve sportovních činnostech.</p>	<p>dostatečná (51-65%)</p>
<p>E- LEARNING</p> <p>Je forma rozvoje zaměřená na sebevzdělávání jedince. Rozvoj probíhá dle předem zpracovaných učebních materiálů, videí, podcastů či manuálů. Nejčastější formy jsou různé korespondenční kurzy, e-learning a podobně. Důraz je kladen na individualitu, samostatnost při vzdělávání, sebemotivaci, vůli a vlastní aktivitu jedince. Tato forma rozvoje je vhodná pro všechny cílové skupiny, forma e-learningu je vhodná i pro studenty v rámci samostudia všech stupňů vzdělávání, včetně jazykových kurzů. Metoda rozvoje je vhodná pro širokou cílovou skupinu studující populace.</p>	<p>dostatečná (51-65%)</p>
<p>INDIVIDUÁLNÍ ROZVOJ</p> <p>Je rozvoj zaměřený na individuální potřeby jedince ať již v oblasti osobní, vzdělávání či sportovní. Doporučujeme zpracovat tzv. plán osobního rozvoje dle jednotlivých oblastí s kladením důrazu na posílení oslabených oblastí a jejich účinek v čase ověřit a zaměřit se dle plánu na další oblasti. Pro rozvoj je vhodné využít širokou škálu kreativních pomůcek. Metoda rozvoje je vhodná pro širokou cílovou skupinu studující populace, velmi často je spojována s formou individuálního koučinku.</p>	<p>dostatečná (51-65%)</p>
<p>INDOOR A OUTDOOR AKTIVITY</p> <p>Je volnočasová forma rozvoje založená na týmovou spolupráci formou relaxace, odpočinku a řešení více, či méně náročných úkolů, kterými se odhalují a posilují schopnosti a dovednosti, komunikace, spolupráce, strategie či orientace na řešení v nejrůznějších situacích. Volnočasové aktivity se přizpůsobují potřebám jedince či celé skupiny ; aktivity je možno využít jak pro relaxaci a načerpání energie, tak i propojením zátěžových situací a aktivního odpočinku. Vhodnou formou volnočasové aktivity jsou různé kvízy, týmové zápletky a hry s týmovým řešením, uměle vytvářené zátěžové situace a podobně. Při organizování těchto aktivit doporučujeme spolupracovat s profesionály a je dobré do přípravného týmu zahrnout i psychology, či výchovné poradce pro možnost pozorování chování jednotlivců a týmu jako celku.</p>	<p>rozvinutá (65-75%)</p>
<p>KOUCINK</p> <p>Jedná se o formu jak jednostranné individuální a interaktivní formy rozvoje, tak i koučink týmový, kde zpravidla bývá jen několik účastníků (maximálně do 5). Jedná se o dlouhodobější proces soustavného podněcování a směřování jedince (skupinky) k žádoucímu cíli a vlastní iniciativě, přičemž se bere v úvahu jeho individualita a potřeby. Kouč je v této roli expertem na proces hledání věcných řešení a věcná řešení se neočekávají od něho, ale od koučovaného. Koučink může být jak v oblasti osobní, tak i sportovní. Je důležité vymezit role kouče a brát v úvahu reálné cíle, kterých má být dosaženo, individuální dispozice a věk koučovaného, či skupiny. Koučink může plynule navazovat na individuální rozvoj. Metoda rozvoje je vhodná pro širokou cílovou skupinu studující populace.</p>	<p>dostatečná (51-65%)</p>



DEMO DEMO, 21.6.1963

<p>MODELOVÉ SITUACE</p> <p>Jedná se o interaktivní formu týmového i individuálního rozvoje, který je zaměřený na hraní určitých rolí, kdy účastníci předvádějí zadanou situaci a berou na sebe role postav zapojených do této situace. Účastníci se řídí scénářem, ale mají prostor pro vlastní iniciativu a řešení situace. Je zde vyžadována velká míra samostatnosti, aktivity a rozhodování. Tato metoda může velmi dobře doplňovat koučování. Je vhodné používat ji tam, kde je třeba pracovat v týmu na konkrétních situacích běžně řešených (např. řešení konfliktních situací, zvládnutí stresu, příprava projektu apod.). Cílem je hledat standardy řešení a sjednocení tzv. správných postupů, které přináší konkrétní výsledky a zlepšení. Zde dochází k předávání zkušeností zkušených méně zkušených účastníků skupinového cvičení. Předpokladem úspěchu je zkušený a schopný moderátor. Doporučuje se využívat i nahrávek a video záznamů pro rozbor dané situace, která se odehrávala v modelových situacích. Tato metoda rozvoje je vhodná pro širokou cílovou skupinu studující populace od 10 let.</p>	<p>dostatečná (51-65%)</p>
<p>VITALITY PROGRAM</p> <p>Je unikátní program terapie, která je zaměřená na energetizaci, revitalizaci a harmonizaci těla, navození dynamiky mentální, psychické a fyzické energie. Jde o metodu individuálního rozvoje, která navozuje stavy rovnováhy. Nabízí velmi účinný, rychlý, progresivní, efektivní a bezpečný způsob, jak dosáhnout stavů duševní, psychické a mentální rovnováhy. Terapie přináší energetizaci těla (stimulace energetických center, mentální, psychické a fyzické energie těla), harmonizaci mentální, psychické a fyzické energie, lepší paměť, koncentraci pozornosti, sebekontrolu, soustředění, aktivitu, pozornost, vnímání, racionální myšlení, emocionální stabilitu, kognitivní kontrolu motorické aktivity, snižuje stres, podporuje pozitivní myšlení a zrychluje učení. Energy management je nepostradatelnou technikou terapie při syndromu vyhoření, či dlouhodobé únavě s následkem psychosomatických tendencí. Terapie zajistí psychickou a duševní rovnováhu, přináší dlouhodobý stav spokojenosti - Well-being. Terapie pracuje s podvědomím, kdy vás dostane do stavu dlouhodobé rovnováhy. Terapie se zaměřuje na snížení faktorů frustrace, škodlivého stresu (distress), jedince revitalizuje na všech úrovních mentální, psychické i fyzické roviny, eliminuje agresivitu a konfliktnost vznikající nedostatečným energetickým potenciálem jedince následkem vyhoření. Syndrom vyhoření dnes zasahuje každého 5 člověka, nevyjímaje děti a studentů, jehož důsledky jsou v dnešní době fatální. Technika mentální terapie je klíčovou prevencí Alzheimerovi a Parkinsonovi choroby, neb pracuje se stimulací CNS (centrální nervová soustava). Pokud jste prošli opakovaně vyhořením a váš energetický potenciál je oslabený (viz. výsledky vašeho testu to detekují), na terapii se lze objednat: ed@worktest.cz nebo 777022543. Komentář: V praxi se terapie provádí na podvědomé úrovni, metoda terapie sama o sobě zajišťuje okamžitou revitalizaci těla, snižuje zátěžové faktory, stres, frustraci, psychosomatické tendence, okamžitě eliminuje syndrom vyhoření a únavu, neboť se zaměřuje přímo na řešení těchto problémů.</p>	<p>rozvinutá (65-75%)</p>
<p>WORKSHOPY</p> <p>Jedná se o interaktivní rozvoj zaměřený na řešení praktických problémů, ať již skutečných nebo formou případových studií. Zde je důraz kladen na komplexnost, týmovost a cíl vyřešit skutečný či demonstrováný problém. Je vhodné cílit workshop na dané téma s jasnými výstupy pro následné zlepšení (např. přístupy ke zvládnutí zátěže, efektivní řešení formou projektového řízení, řešení konfliktů apod.). Výstupem z workshopu musí být poučení, jak efektivně postupovat, sladit si jednotný postup řešení v dané situaci a rozvíjet schopnosti na dovednosti. Workshop má od běžné výuky, či seminářů mnohem větší praktické zaměření, jsou z něho jasné praktické výstupy a poučení. Je vhodnou formou pro systematické vzdělávání studující populace a zvyšování jejich dovedností. Tato forma rozvoje je vhodná pro studenty školní populace od 15 let.</p>	<p>dostatečná (51-65%)</p>
<p>3. PŘEDPOKLADY K ROZVOJI</p>	
<p>1. AGILITA k učení</p> <p>Znamená schopnost a dovednost (mít předpoklad a vědět jak) získané informace, postupy a řešení zavádět do reálného používání - praxe. Jedinec rozvíjí koncepční myšlení, postupy a řešení. Jedinec se snaží z minima vytěžit maximum. Této dovednosti se jedinec učí v čase., mnohdy celý život.</p>	<p>dostatečná (51-65%)</p>



DEMO DEMO, 21.6.1963

<p>2. VZDĚLAVATELNOST</p> <p>Znamená schopnost a dovednost co nejefektivnějšího vstřebávání informací v měnících se podmínkách. Jedinec je ke vzdělávání otevřený. Projevuje se flexibilním myšlením a rychlou orientací v problému. Jedinec je schopen z minima vytěžit maximum, rád poznává nové informace, a pokud je agilní, bude se snažit získané zkušenosti aktivně využívat ve svém životě či později v praxi.</p>	<p>dostatečná (51-65%)</p>
<p>3. CHUŤ SE VZDĚLÁVAT</p> <p>Jedince motivuje vzdělávání a touha úspěchu, nezávislosti a postavení, kterému je ochoten podřídit svůj čas. Jedinec má touhu po vědění, je motivován a ochoten nejenom informace vyhledávat, ale i vstřebávat a rozšiřovat si všeobecný přehled. Jedinec se projevuje tzv. syndromem věčného studenta, zvědavostí a zvědavostí. Má potřebu přístupu k informacím a pocit informovanosti. Stimul osobní motivace přispívá k osobnímu a profesnímu rozvoji, všestrannému přehledu informací a informovanosti.</p>	<p>rozvinutá (65-75%)</p>
<p>4. TOUHA SE ROZVÍJET</p> <p>Jedince motivuje touha se rozvíjet, vzdělávat a profesně růst. Jedinec neustále hledá nové možnosti a zdroje rozvoje ať již v oblasti osobní, tak i profesní. Dále se projevuje touhou růst a směřovat k vytyčenému cíli a dosáhnout svého předsevzetí. Stimul motivace přispívá k osobnímu a profesnímu růstu a k rozvoji samostatnosti, odpovědnosti, orientaci myšlení na cíle a výsledky, kreativity a podobně.</p> <p><u>Komentář:</u></p>	<p>dostatečná (51-65%)</p>

