

Průvodce pro pedagogy
a kariérové poradce

SWOT analýza

pro kariérové poradenství
v neurodiverzních třídách



Co-funded by the
European Union

Financováno Evropskou unií skrze program Erasmus +. Názory vyjádřené v této příručce jsou názory autora a neodráží nutně oficiální stanovisko Evropské unie či národní agentury. Evropská unie ani národní agentura za vyjádřené názory nenese odpovědnost.



Název projekt (zkratka):

C-SKILLS

Název projektu:

SkillCompass: Empowering Youth with Learning Differences through Inclusive Career Guidance Tools // SkillCompass: Posilování mladých lidí s odlišnostmi v učení prostřednictvím inkluzivních nástrojů kariérního poradenství

Číslo projektu:

2024-2-MK01-KA220-YOU-000294280

Webová stránka projektu:

www.cskill.eu



Co-funded by the
European Union

Financováno Evropskou unií skrze program Erasmus +. Názory vyjádřené v této příručce jsou názory autora a neodráží nutně oficiální stanovisko Evropské unie či národní agentury. Evropská unie ani národní agentura za vyjádřené názory nenese odpovědnost.

Obsah

KLÍČOVÉ TERMÍNY A DEFINICE.....	4
ÚVOD.....	6
PROČ JE TO DŮLEŽITÉ?	7
PROČ SWOT ANALÝZA?.....	8
STRUKTURA PROGRAMU.....	11
LEKCE 1: ÚVOD DO SWOT ANALÝZY & SEBEREFLEXE.....	12
Krok 1: Skupinová diskuze (10 minut)	13
Krok 2: Individuální SWOT cvičení (25–30 min)	13
Prompty:	13
PRACOVNÍ LIST 1: INDIVIDUÁLNÍ SWOT MAPA.....	14
LEKCE 2: SKUPINOVÝ BRAINSTORMING & PODPORA VRSTEVNÍKŮ.....	15
Krok 1: Vytvoř skupiny 5 až 6 studentů (5–10 min).....	16
Krok 2: Sdílení individuálních SWOT map (15–20 min).....	16
Krok 3: Skupinová diskuzem nebo zpětná vazba (20–25 min).....	16
Krok 4: Zpětná vazby.....	17
PRACOVNÍ LIST 2: SKUPINOVÝ SWOT PLAKÁT... ..	17
LEKCE 3: PLÁNOVÁNÍ KARIÉRNÍ CESTY.....	18
Krok 1: Individuální & Skupinový SWOT (10 minut).....	19
Krok 2: Stanovení SMART cílů (15 minut).....	19
Krok 3: Plánování dalších kroků & Zdroje (15 min)	19
Krok 4: Sdílení & Zpětná vazbu (10–15 min)	19
PRACOVNÍ LIST 3: KARIÉROVÝ PLÁN.....	20
SADA NÁSTROJŮ.....	20
DALŠÍ TIPY.....	20



KLÍČOVÉ TERMÍNY & DEFINICE



NEURODIVERGENTNÍ MLADÍ LIDÉ

Mladí lidé, jejichž mozek funguje odlišně od toho, co je považováno za typické. Patří sem mladí lidé s ADHD, autismem, dyslexií, nebo dyspraxií.

NEURODIVERZITA

Koncept neurodiverzity přináší myšlenku, že je normální a přijatelné, že někteří lidé mají mozky fungující odlišně od ostatních a je to i žádoucí pro neurodiverzitu společnosti (rozmanitost, různorodost).



ADHD (porucha pozornosti s hyperaktivitou)

ADHD je jednou z nejčastějších neurovývojových poruch. Lidé s ADHD mohou mít potíže se soustředěním, udržením pozornosti a s impulzivním chováním.



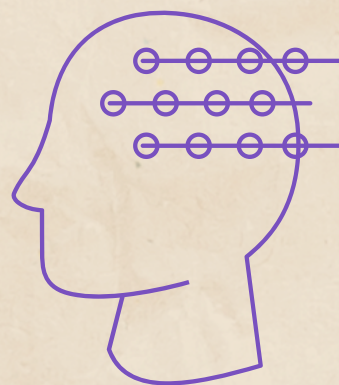
DYSLEXIE



Dyslexie znamená, že mozek zpracovává psaný a mluvený jazyk odlišným způsobem, což může ovlivnit schopnost člověka číst, psát a hláskovat. Lidé s dyslexií mohou být kreativní, být dobrými řešiteli problémů nebo umět vizualizovat své myšlenky a nápady.

DYSPRAXIE

Dyspraxie je odlišnost ve fungování mozku, která ovlivňuje koordinaci a jemnou motoriku. Je to vývojová koordinační porucha. Lidé s dyspraxií mohou mít skvělé strategické a analytické myšlení.



DYSGRAFIE

Dysgrafie ovlivňuje rukopis a samotný proces psaní. Lidé s dysgrafií mají problém vyjadřovat se písemně.



SWOT ANALÝZA

Nástroj k vyhodnocení silných a slabých stránek, příležitostí a hrozeb. Může se použít na různých úrovních - pro vyhodnocení projektů, organizací, nebo osobní vyhodnocení. Pomáhá lépe se rozhodnout a naplánovat strategii.



ÚVOD

Tento průvodce je součástí projektu C-Skills, spolufinancovaného programem Erasmus+ Evropské unie a realizovaného v Severní Makedonii, Srbsku, Bulharsku a Česku.

Cílem projektu je vytvořit nástroje a materiály pro kariérní poradce, pedagogy, pracovníky s mládeží a další odborníky za účelem podpořit mladé lidi při plánování kariéry a v jejich profesním rozvoji.

Tento průvodce podporuje inkluzivní a individualizované kariérové poradenství, zejména pro neurodivergentní mládež, a využívá k tomu praktické metody, jako je analýza SWOT.

Je navržen tak, aby doplňoval ostatní nástroje projektu C-Skills a pomáhal odborníkům realizovat strukturované, poutavé a podpůrné aktivity, díky nimž mohou mladí lidé objevovat své silné stránky, překonávat výzvy a činit informovaná rozhodnutí o své budoucnosti.

PROČ JE TO DŮLEŽITÉ?

Plánování kariéry je nezbytnou součástí vzdělávání. Pomáhá studentům činit informovaná rozhodnutí o jejich budoucnosti a zároveň rozvíjet dovednosti, které využijí po celý život.



Pro neurodivergentní mládež, například mladé lidi s ADHD, dyslexií, dysgrafií, dyskalkulií, dyspraxií nebo autismem, může být proces rozhodování o budoucí kariéře ještě složitější.



Tito mladí lidé často čelí výzvam v oblasti komunikace, organizace a rozhodování, ale...



mají také výjimečné silné stránky, jako je kreativita, schopnost řešit problémy a inovativní myšlení, které tradiční metody kariérového poradenství často přehlížejí.

PROČ SWOT ANALÝZA?

WOT analýza (silné a slabé stránky, příležitosti, hrozby) je **praktický a efektivní nástroj pro sebereflexi a plánování, který studentům umožňuje:**

- **Rozpoznat silné stránky a přispět k pochopení toho, jak je mohou uplatnit ve své kariéře.**
- **Rozpoznat slabé stránky a výzvy, které mohou vyžadovat podporu odborníků.**
- **Prozkoumat příležitosti ke vzdělávání, stáží a dalším možnostem.**
- **Připravit se na různé překážky či obtíže.**
- **Zvýšit sebevědomí.**



Pro neurodivergentní mladé lidi je SWOT analýza obzvlášť vhodná, **protože nabízí jasnou strukturu, je vizuálně přehledná a představuje jejich dovednosti a vlastnosti pozitivním způsobem, čímž jim pomáhá vnímat jejich jedinečné schopnosti jako silné stránky.**

PROČ JI POUŽÍVAT VE ŠKOLÁCH?

Pokud je SWOT analýze součástí kariérního plánování ve školách, může mít **pozitivní dopad** v těchto oblastech:

(1) Podporuje inkluzivní vzdělávání tím, že poskytuje rovné příležitosti všem studentům, včetně neurodivergentních, a oceňuje rozmanité dovednosti a perspektivy.

(2) Přípravuje studenty na reálné situace, jako jsou pracovní pohovory, kde je nutné se prezentovat a popsat silné i slabé stránky.

(3) Přípravuje studenty na individuální plánování kariéry, pomáhá jim vybírat cesty, které odpovídají jejich silným stránkám a zájmům.



(4) Rozvíjí sebereflexi, sebevědomí a rozhodovací schopnosti, které jsou klíčové pro budoucí úspěch.

(5) Podporuje řízené učení a kariérní rozvoj, čímž zajišťuje, že studenti mají potřebné nástroje a strategie.



ROLE UČITELŮ, KARIÉROVÝCH PORADCŮ

Učitelé, kariéroví poradci hrají klíčovou roli v tom, aby byla kariérní orientace inkluzivní a efektivní. Během těchto aktivit mohou učitelé a poradci:

- **Vytvářet podpůrné prostředí,** ve kterém se studenti cítí bezpečně sdílet nápady.
- **Směřovat diskuse** tak, aby studentům pomohli rozpoznat silné stránky, které si sami nemusí uvědomovat.
- **Povzbuzovat používání pozitivního jazyka** při popisu slabých stránek (např. používat výrazy jako „šance pro zlepšení“).
- **Uvádět příklady z reálného života,** kde jsou rozmanité dovednosti výhodou.
- **Rozkládat složité úkoly na menší kroky** pro lepší pochopení.
- **Používat vizuální pomůcky a šablony,** aby byly aktivity přehledné a lépe pochopitelné.



STRUKTURA PROGRAMU

Program obsahuje tři workshopy.

Každá z nich v době trvání od 45 do 60 minut.

LEKCE 1:

Úvod do SWOT analýzy & Sebereflexe



LEKCE 2:

Skupinový brainstorming & Podpora vrstevníků



LEKCE 3:

Plánování kariérní cesty



LEKCE 1:

Úvod do SWOTU & Sebereflexe

Cíl:	Seznámit studenty se SWOT analýzou a představit ji jako nástroj, který mohou použít při kariérní plánování.
Délka trvání:	45 minut
Materiály:	<ul style="list-style-type: none">• Tabule, projektor• Pracovní list 1: Osobní SWOT Mapa• Tužky, propisky, lepicí papírky

KROKY

KROK 1: VYSVĚTLI SWOT POUŽITÍM JEDNODUCHÝCH TERMÍNŮ (10 MINUT)

Použijte srozumitelný příklad: „Představte si někoho, kdo je kreativní (silná stránka), ale má potíže s organizací úkolů (slabá stránka). Dobrou volbou kariéry pro něj/ni by mohl být obor designu, kde se kreativita cení a kde lze využívat digitální nástroje, které mu/jí pomáhají s organizací.“





KROK 2: SKUPINOVÁ DISKUZE (10 MINUT)

Zeptej se studentů:

- Co je tvoje silná stránka?
- Co je tvá slabé stránka?
- Co může být pro tebe dobrá příležitost, nebo naopak hrozba?



KROK 3: VYTVÁŘENÍ SWOT MAPY: INDIVIDUÁLNÍ PRACE (25–30 MINUT)

(3.1) Studenti identifikují své silné stránky, slabé stránky, příležitosti a hrozby pomocí Pracovního listu 1 na straně 14.

(3.2) Studenti samostatně vyplní tabulku SWOT, zatímco učitelé, kariéroví poradce je vedou pomocí příkladů z Příručky pro pedagogy a podpůrných otázek.

Podpůrné otázky:

- Silné stránky: „V čem jsi opravdu dobrý/á?“
- Slabé stránky: „Co pro tebe bývá náročné?“
- Příležitosti: „Co by ti mohlo pomoci uspět?“
- Hrozby: „Co by ti mohlo stát v cestě?“



Pracovní list 1: Osobní SWOT Mapa

SILNÉ STRÁNKY

„V čem jsi opravdu dobrý/á?“

SLABÉ STRÁNKY

„Co pro tebe bývá náročné?“

PŘÍLEŽITOSTI

„Co by ti mohlo pomoci uspět?“

HROZBY

„Co by ti mohlo stát v cestě?“

LEKCE 2:

Group BraiSkupinový brainstorming & Podpora vrstevníků

Cíl:	Vytvořit prostor pro sdílení a poskytnout studentům možnost učit se jeden od druhého
Doba trvání:	přibližně 60 minut
Materiály:	<ul style="list-style-type: none">• Flipcharty pro skupinový SWOT• Fixy• Malé lepivé papírky

KROKY

KROK 1: Vytvoř skupinky 5 až 6 studentů (5-10 minut).

Skupinky by měly být menší, aby měl každý student možnost vyjádřit svůj názor. Bylo by skvělé pokud v každé skupince byli studenti s různými silnými stránkami, zájmy a neurodivergentními profily. Přidělte jednoduché role, aby si skupinky hlídaly čas a diskuze byla podmětná (např. facilitátor/ka, zapisovatel/ka, zpravodaj/ka, hlídač/ka času) a stanovte jasné pokyny a časové limity pro každou aktivitu.



Krok 2: Sdílení individuálních SWOT map (15-20minut).

Požádejte studenty, aby se podělili o jednu silnou a jednu slabou stránku ze svých osobních SWOT map z 1. lekce. Podporujte pozitivní přístup tím, že je vyzvete, aby přemýšleli, jak mohou své slabé stránky proměnit v příležitost.

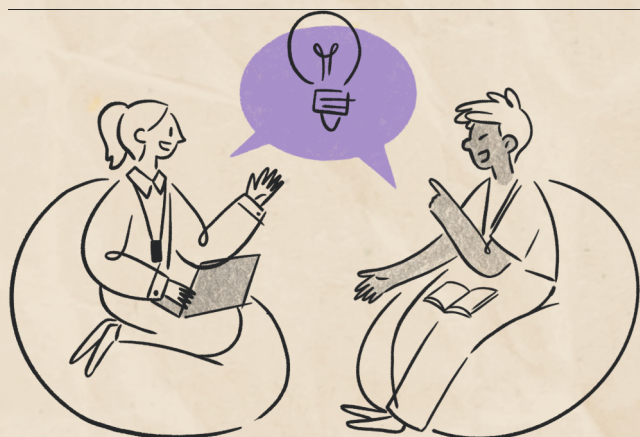
Příklad: „Někdy mám problém se soustředit, ale naučil/a jsem se strategie, jak to zvládnout a dokončit projekty včas.“

Krok 3: Skupinová diskuzem nebo zpětná vazba (20–25 minut)

3.1. Požádejte studenty, aby vytvořili skupinovou SWOT tabulku, která identifikuje společné silné stránky, slabiny, příležitosti a hrozby.

3.2. Dejte studentům velké archy papíru rozdělené do čtyř kvadrantů, samolepicí papírky a/nebo fixy.

3.3. Požádejte každého studenta, aby přispěl alespoň jedním nápadem.



3.4. Použijte samolepicí papírky, aby studenti mohli nápady přesouvat nebo je seskupovat.

3.5. Podporujte diskusi a sdílení příkladů: „Může někdo uvést příklad, jak by se tato silná stránka dala využít v kariéře?“

Podpořte diskusi následujícími otázkami, například:

„Která z vašich silných stránek by vám mohla pomoci při týmovém projektu?“

„Lze jednu ze svých slabých stránek proměnit ve dovednost, kterou byste se mohli naučit?“

Pracovní List 2: Skupinový SWOT Plakát

SILNÉ STRÁNKY

„V čem je skupina opravdu dobrá?“

SLABÉ STRÁNKY

„Co je pro skupinu výzvou?“

PŘÍLEŽITOSTI

„Co by pomohlo skupině uspět?“

HROZBY

„Co by mohlo být pro skupinu překážkou?“

LEKCE 3:

Plánování kariérní cesty

Cíl:	Přeměnit SWOTY mapy v praktické kroky na kariérní cestě
Doba trvání:	45-60 minut
Materiály:	<ul style="list-style-type: none">• Pracovní list 3: Kariérní plán• Kariérní příklady (vytištěné, nebo v prezentaci)

KROKY

KROK 1: PREZENTACE INDIVIDUÁLNÍCH & SKUPINOVÝCH SWOTŮ (10 MINUT)

Dejte studentům pár minut, aby si znovu prohlédli svou osobní SWOT mapu a zaznamenali nové poznatky získané ze skupinové práce.

Podpořte je, aby zvýraznili 2–3 klíčové silné stránky a příležitosti, které jsou pro ně nové, nebo důležité.

Pro usnadnění použijte na tabuli příklad SWOT mapy.



KROK 2: STANOVENÍ SMART CÍLŮ (15 MINUT)

Vedte studenty k vytvoření 2–3 SMART cílů (Specifické, Měřitelné, Dosažitelné, Relevantní, Časově omezené) na základě jejich SWOT analýzy.

Příklady:

„Zlepšit řízení času tím, že budu po dobu jednoho měsíce používat denní plánovač.“

„Do příštího semestru prozkoumat tři kariéry, které odpovídají mým kreativním silným stránkám.“

KROK 3: PLÁNOVÁNÍ DALŠÍCH KROKŮ & ZDROJE (15 MINUT)

3.1. Povzbuďte studenty, aby si napsali praktické kroky k dosažení každého cíle nebo k překonání 2–3 slabých stránek či hrozeb (např.

„Absolvovat workshop zaměřený rozvoj studijních dovedností,“

„Promluvit si s mentorem,“ „Absolvovat online kurz“).

3.2. Povzbuďte je také, aby identifikovali zdroje, které jim mohou pomoci tyto cíle dosáhnout (např. školní programy, komunitní projekty, online platformy).

KROK 4: SDÍLENÍ & ZPĚTNÁ VAZBU (10–15 MINUT)

Vytvořte malé skupiny nebo dvojice, ve kterých studenti sdílí jeden cíl a kroky k jeho dosažení. Dejte spolužákům pokyn, aby poskytli návrhy na zlepšení, vyzdvihli silné stránky v plánech ostatních a společně vymysleli kariéry, kde lze tyto silné stránky využít.

Pracovní list 3: Kariérní plán

MOJE SILNÉ STRÁNKY

MÉ PŘÍLEŽITOSTI

MÉ KARIÉRNÍ VOLBY

KROKY K PŘEKONÁNÍ
HROZEB, SLABÝCH STRÁNEK

NÁSTROJE

SWOT analýza pro podporu mladých lidí

Tato část poskytuje praktické zdroje, příklady a podněty, které pomáhají pedagogům vést všechny studenty, zejména neurodivergentní mládež.

1. Příklady pro SWOT kategorie

Použijte tyto příklady, aby studenti mohli reflektovat své vlastní dovednosti a zkušenosti:

Kategorie	Příklady
Silné stránky	Kreativita, řešení problémů, zvědavost, důraz na detail, empatie, vedení, komunikace, odolnost, technické dovednosti, umělecký talent.
Slabé stránky	Obtíže s řízením času, problémy se soustředěním, plachost, neorganizovanost, citlivost na kritiku, pomalejší čtení/psaní.
Příležitosti	Stáže, mentoringové programy, workshopy, online kurzy, podpůrné sítě, projektově orientované učení, dobrovolnictví, asistivní technologie.
Hrozby	Tlak vrstevníků, nedostatek podpory ve škole nebo doma, předsudky či nepochopení ze strany zaměstnavatelů, omezené zdroje, stresové situace.

Tip pro učitele, kariérové poradce:

Požádejte studenty, aby po prohlédnutí tabulky doplnili ke každé kategorii osobní příklady.

2. Proměna slabých stránek na příležitosti

Podpořte studenty, aby přehodnotili své výzvy jako potenciální příležitosti.

Slabé stránky	Positivní proměna/Možnost pro kariéerní rozvoj
Potíže s organizací	Použijte digitální nástroje k lepší organizaci času, nebo rozdělení úkolů, rozdělte si úkoly na menší kroky; prozkoumejte kreativní obory nebo technologické kariéry s podporou projektového řízení.
Ostýchavost	Posilte své sebevědomí prostřednictvím workshopů; zaměřte se na kariéry, které oceňují pozorování, výzkum nebo individuální spolupráci.
Pomalé čtení nebo psaní	Využívejte vizuální nebo praktické metody učení; prozkoumejte kariéry v designu, umění nebo technologických oborech.
Impulsivní chování	Směřujte energii do dynamických oblastí, jako je podnikání, marketing nebo řízení akcí.

Tip pro učitele, kariérové poradce:

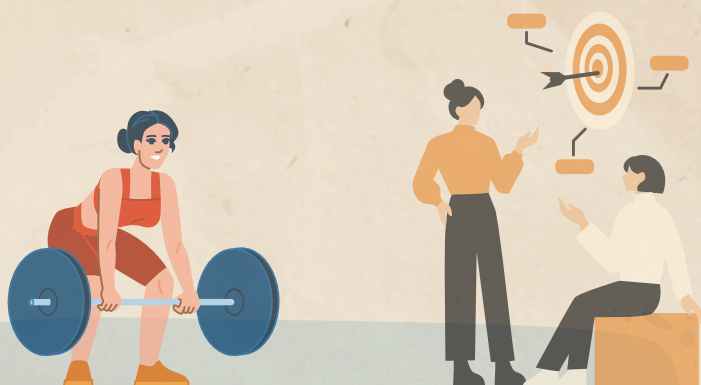
Uveďte příklady z reálného života lidí, kteří dokázali proměnit svou „slabou stránku“ v jedinečnou kariéerní výhodu.



3. Hledání kariéry, které odpovídá silným stránkám

Použijte tuto tabulku k inspiraci studentů, aby přemýšleli o kariérách, které odpovídají jejich silným stránkám:

Silné stránky	Potenciální Povolání / Role
Kreativita	Grafický designér/ka, architekt/ka, UX/UI designér/ka, marketingový specialista/marketingová specialistka
Cit na detail	Analytik dat, laborant, kontrolor kvality, programátor/datová analytička, laborantka, kontrolorka kvality, programátorka
Empatie	Sociální pracovník, poradce, pracovník ve zdravotnictví, učitel/ sociální pracovnice, poradkyně, pracovnice ve zdravotnictví, učitelka
Schopnost řešit problémy	Inženýr/ka, vývojář/ka softwaru, konzultant/ka, výzkumník, výzkumná pracovnice
Schopnost vést tým	Projektový manažer, vedoucí týmu, organizátor/ka komunitních akcí/ projektová manažerka
Odolnost	Podnikatel/ka, kouč/ka, advokát/ka



4. Klíčové schopností v různých povoláních

Proberte tyto dovednosti se studenty, aby jim pomohly propojit osobní silné stránky a zájmy s reálnými kariérami:

- **Komunikace & Schopnost pracovat v týmu** – učitel/ka, novinář/ka, komunikace s veřejností.
- **Analytické & Logické Myšlení** – datová analytika, technické povolání, vývoj softwarů.
- **Kreativita & Inovace** – design, marketing, vývoj produktů.
- **Empatie & Sociální cítění** – práce v sociální a zdravotní oblasti. social worker, psycholog, psycholožka.
- **Technické dovednosti** – IT, kodování, laboratorní výzkum.
- **Adaptability & Problem-Solving** – projektový manažer, projektová manažerka, podnikatel/ka, konzultant/ka.

Tip pro učitele, kariérové poradce:

Požádejte studenty, aby označili dovednosti, které již mají a které by si chtěli rozvíjet.

5. Otázky k diskuzi

Použijte tyto otázky k vedení reflexe a skupinové práce:

„Na kterou dovednost jste hrdí?“

„Jakou výzvu jste v poslední době překonali?“

„Které kariéry vás zajímají a proč?“

„Jak by se jedna z vašich slabých stránek mohla stát silnou stránkou v práci nebo projektu?“

„Jaké příležitosti by vám mohly pomoci růst nebo naučit se nové dovednosti?“

Tip pro učitele, kariérové poradce:

Poskytněte studentům čas se nejprve zamyslet nad otázkami individuálně.

DALŠÍ TIPY PRO UČITELÉ, KARIÉROVÉ PORADCE

- **Používejte pozitivní jazyk:** Podporujte výrazy jako „oblast růstu“ místo „problémy“.
- **Používejte vizuální pomůcky:** grafy, ikony a barevné kódování, aby byly aktivity jasné a přehledné.
- **Aktivity realizujte krok po kroku:** Zvláště pro studenty, kteří mají potíže se soustředěním nebo exekutivními funkcemi (ADHD).
- **Umožněte více způsobů vyjádření:** např. psaní, kreslení nebo použití digitálních nástrojů.
- **Oslavujte pokrok:** Oceňujte snahu každého studenta, ne jen konečný výsledek.

Financováno Evropskou unií skrze program Erasmus +. Názory vyjádřené v této příručce jsou názory autora a neodráží nutně oficiální stanovisko Evropské unie či národní agentury. Evropská unie ani národní agentura za vyjádřené názory nenesou odpovědnost.



NATIONAL AGENCY
FOR EUROPEAN EDUCATIONAL
PROGRAMMES AND MOBILITY



OWN
YOUR
DIFFERENCE