



ATLASI I PIKAVE TË FORTA – Materiali



Ky material është krijuar në kuadër të projektit "Ndërtimi i urave lidhëse të shkollimit" të Shoqatës Gjermane të Arsimit për të Rriturit (Deutschen Volkshochschul-Verbands e.V.).

Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.

Obere Wilhelmstraße 32, 53225 Bonn

T: +49 (0) 228 97569-0

F: +49 (0) 228 97569-30

E: info@dvv-vhs.de

www.dvv-vhs.de

www.volkshochschule.de

Publikimi: Qershor 2018



Kjo vepër është licencuar nën një Licencë 4.0 Ndërkombëtare të Creative Commons me kushtet Përmendja e autorit – Jo për qëllime tregtare – Jo vepra të modifikuara.

Materiali 1: Harta e pikave të forta

Skiconi rrugën tuaj personale të jetës. Zgjidhni një ngjyrë të veçantë për fushat e ndryshme (familja, vendbanimet, veprimtaritë e ndryshme). Skiconi rëndësinë personale të sferave të jetës të përmendura në fazat e ndryshme të jetës suaj. Nëse fazat kanë qenë shumë të rëndësishme, atëherë shënojeni ato me një shirit të gjerë, nëse ato nuk kanë qenë aq të rëndësishme, vizatojeni shiritin më të ngushtë sipas rëndësisë. Shënoni ngjarje të veçanta. Komentoni skicimet tuaja.

Modeli: Harta ime e pikave të forta

Familja

Vendbanimet

Mosha

Shokët

Profesioni

Institucionet arsimore

Veprimtari tjetër (familja)

Veprimtari tjetër (jeta sociale)

Veprimtari tjetër (kujdesi për të moshuarit
dhe fëmijët)

Veprimtari tjetër (njohuritë mjekësore)

Veprimtari tjetër (punimet artizanale)

Ky material është krijuar në kuadër të projektit "Ndërtimi i urave lidhëse të shkollimit" të Shoqatës Gjermane të Arsimit për të Rriturit (Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.).

Gefördert durch

Im Auftrag des

Veprimtari tjetër (bujqësia)

Veprimtari tjetër (kreativiteti)

Veprimtari të tjera

Kompetenca ndërkulturore

1. Gjuhë e huaj

2. Gjuhë e huaj

3. Gjuhë e huaj

4. Gjuhë e huaj

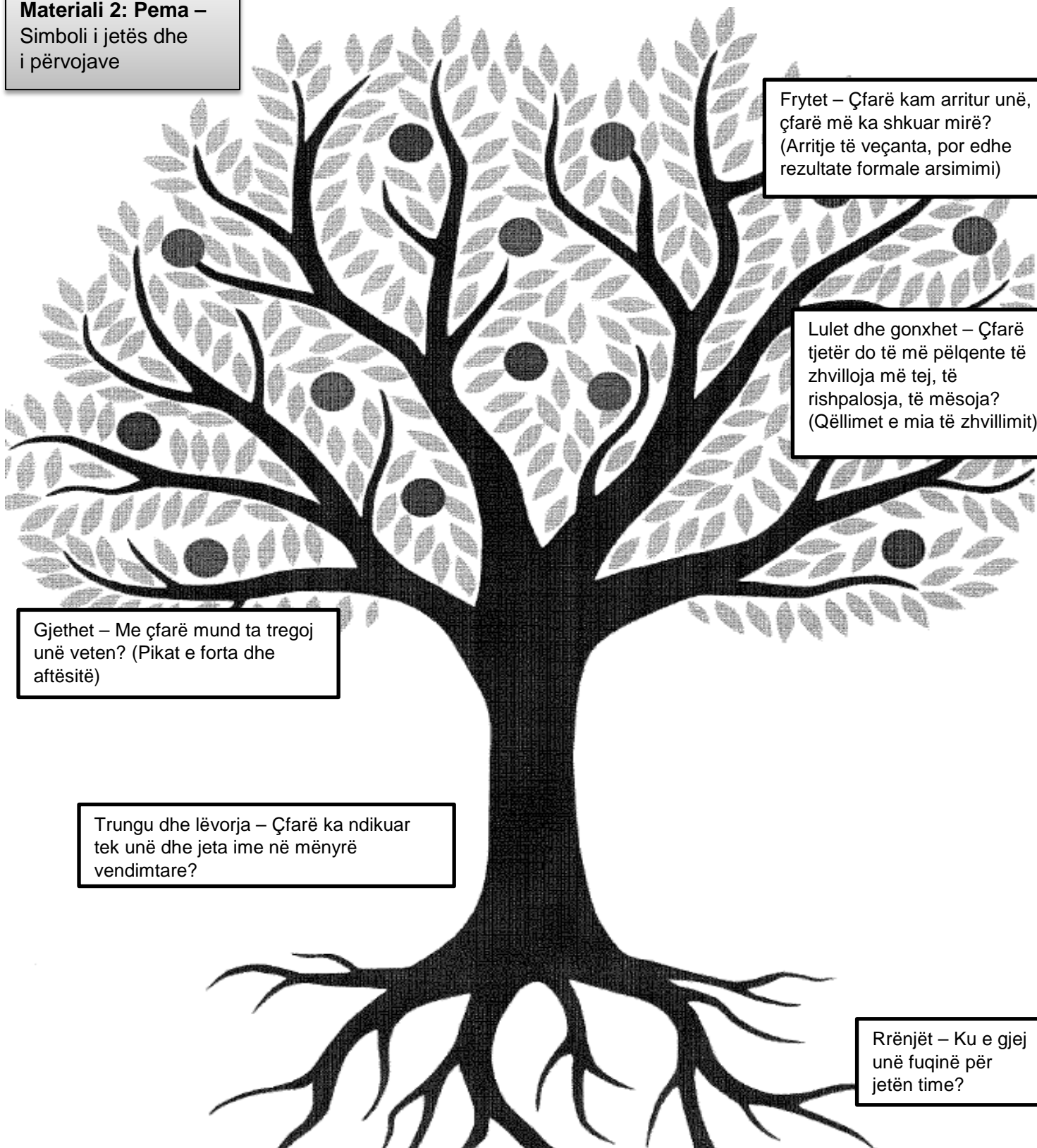
Shembuj/Modele

Vlera

Kontaktet personale

Autorësia: DVV; Krijuar në projektin "Ndërtimi i urave lidhëse të shkollimit"

Materiali 2: Pema –
Simboli i jetës dhe
i përvojave



Frytet – Çfarë kam arritur unë,
çfarë më ka shkuar mirë?
(Arritje të veçanta, por edhe
rezultate formale arsimimi)

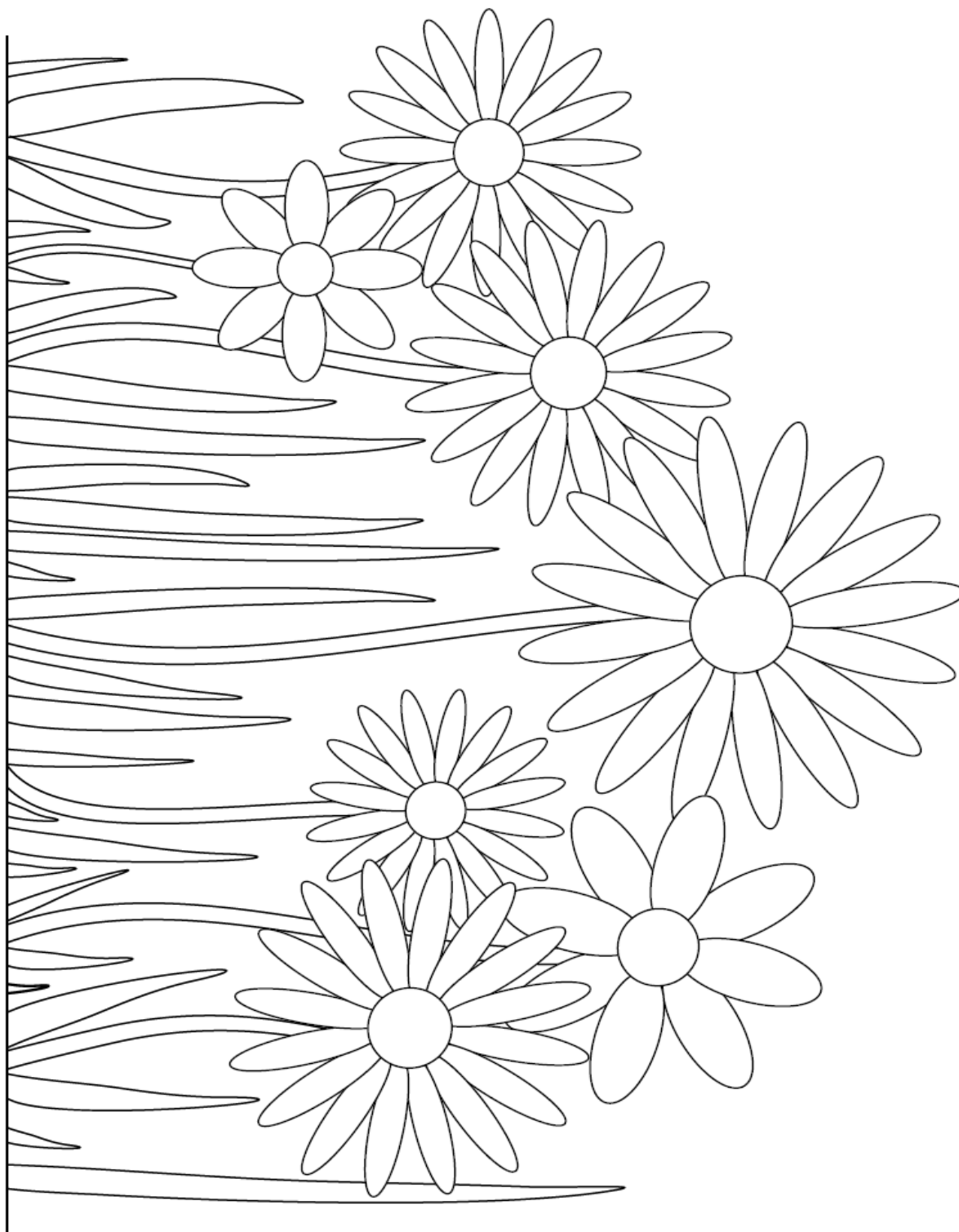
Lulet dhe gonxhet – Çfarë
tjetër do të më pëlqente të
zhvilloja më tej, të
rishpalosja, të mësoja?
(Qëllimet e mia të zhvillimit)

Gjethet – Me çfarë mund ta tregoj
unë veten? (Pikat e forta dhe
aftësitë)

Trungu dhe lëvorja – Çfarë ka ndikuar
tek unë dhe jeta ime në mënyrë
vendimtare?

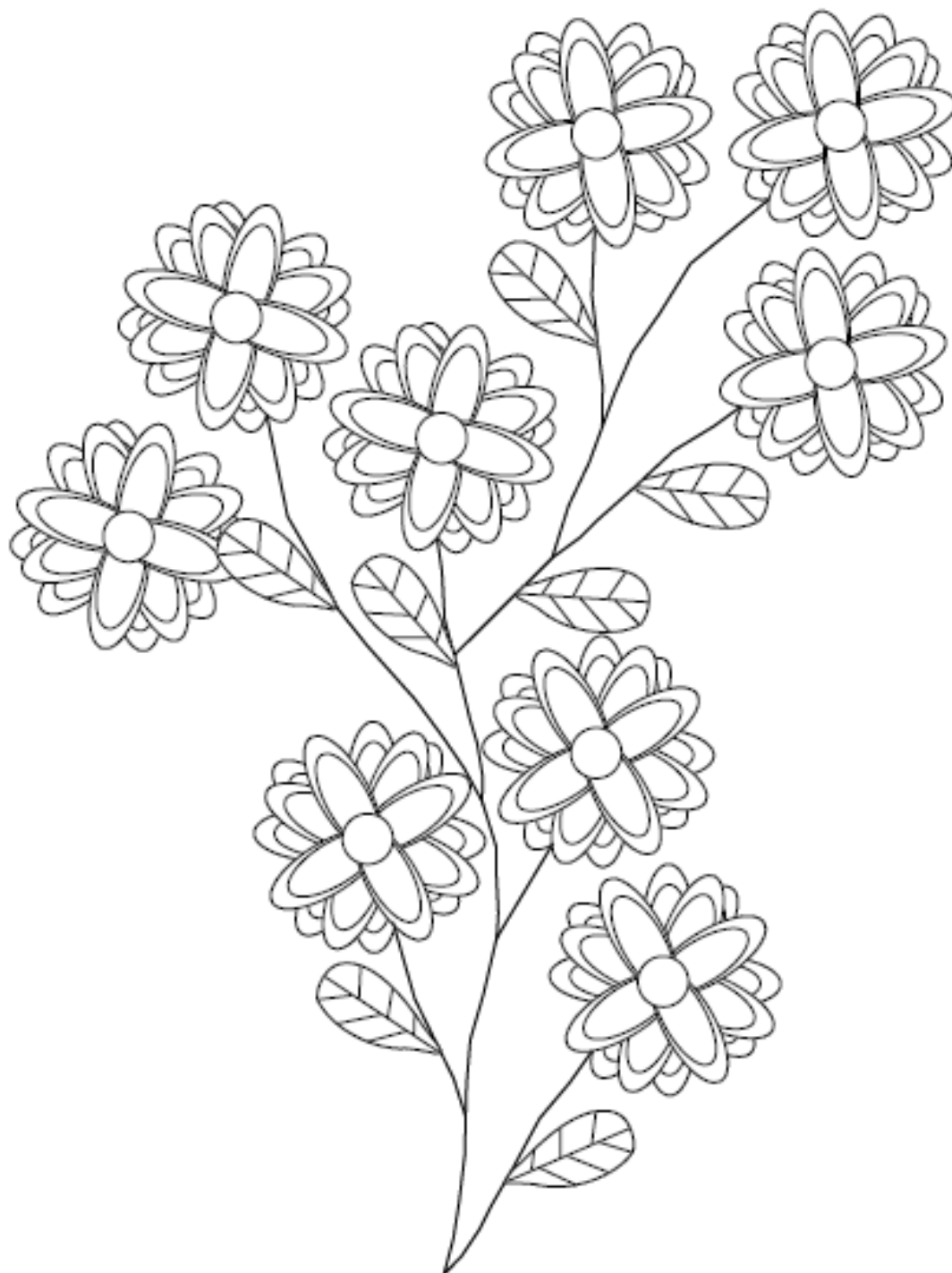
Rrënjët – Ku e gjej
unë fuqinë për
jetën time?

Jepuni pjesëmarrësve një fletë të madhe DIN A 3 dhe kërkojuni të vizatojnë një pemë me rrënjë, trung, gjethë dhe lule/gonxhe. Pas kësaj ata duhet të shënojnë rrënjët e tyre etj.
Detyra mund të zgjasë 20 minuta ose më gjatë.
Detyra do të ecë më shpejt nëse jepet paraprakisht struktura e përafërt e një peme dhe pjesëmarrësit vetëm e plotësojnë akoma vizatimin. (Autorësia: Ries, Cyrih 1998)

Materiali 3: Livadhi me lule

Jepuni pjesëmarrësve një fletë të madhe DIN A 3 dhe kërkoni atyre të vizatojnë livadhin e luleve me rrënjët, kërcellin, gjethet dhe lulet/gonxhet. Për këtë orientohuni te metoda e pemës. Detyra mund të zgjasë 20 minuta ose më gjatë.

© kinder-malvorlagen.com

Materiali 3a: Kërçelli i lules

Jepuni pjesëmarrësve një fletë të madhe DIN A 3 dhe kërkoni atyre të vizatojnë livadhin e luleve me rrënjët, kërcellin, gjethet dhe lulet/gonxhet. Për këtë orientohuni te metoda e pemës. Detyra mund të zgjasë 20 minuta ose më gjatë.

© kinder-malvorlagen.com

Ky material është krijuar në kuadër të projektit "Ndërtimi i urave lidhëse të shkollimit" të Shoqatës Gjermane të Arsimit për të Rriturit (Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.).

Gefördert durch

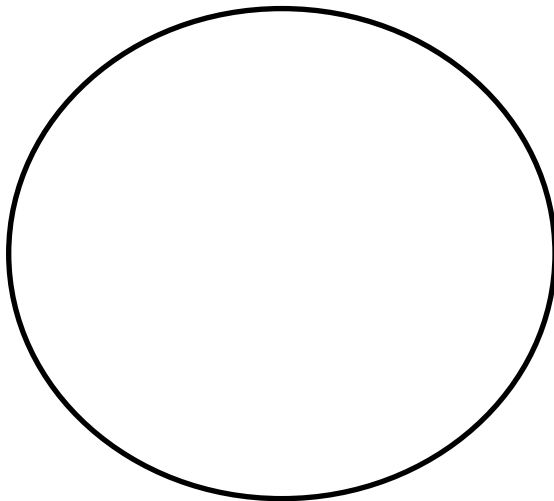
Im Auftrag des

Materiali 4 – Rrethi i jetës

Hapi 1: Përpunoni me pjesëmarrësit pyetjet e mëposhtme.

Parapërgatitja – Fazat e jetës

- Çfarë ka ndodhur?
- – çfarë është në këtë moment?
- – çfarë pres dhe çfarë shpresoj unë?
- Çfarë më ka ndikuar mua? Çfarë ngjarjesh/përjetimesh rrënjësore ka pasur?



Hapi 2: Lëri pjesëmarrësit të përpunojnë rezultatet e tyre nga rrethi në formën e një harte mentale.

- Kopshti, Shkolla
- Shërbimi ushtarak, Shërbimi civil
- Arsimimi, Studimi
- Punë praktike, Punë
- Profesioni
- Trajnimi, Formimi i mëtejshëm
- Familja, Fëmijët
- Shokët*Shoqet, Shokët*Shoqet e klasës
- Koha e lirë, Hobet
- Postet honorifike

Mbështetur në Richard Nelson Bolles, 1970, "What colour is your parachute?"

Materiali 5 – Unë jam...

- I duruar me fëmijët
- I duruar me të moshuarit
- I fortë
- I rregullt
- I dashur, miqësor
- I besueshëm
- I përpiktë
- I zellshëm
- I shoqërueshëm
- I aftë për të punuar në ekip / unë punoj me kënaqësi në grup
- I shpejtë
- I pëlqyer, i dashur nga të tjerët
- I vetëvendosur
- Rrallë herë i sëmurë
- Sportiv
- Besnik
- I guximshëm
- I ndjeshëm
- I vendosur për të arritur qëllimin
- I shkathët, me jepet dorësh
- _____
- _____

Autorësia: Monika Simikin, Akademia e Mbrëmjes e Manhaimit

- **Unë mund...**
- Të gatuj
- Të vizatoj
- Të shkruaj mirë
- Të llogaris mirë
- Të lexoj mirë dhe shpejt
- Të planifikoj dhe të organizoj
- Të flas mirë
- Të mësoj mirë
- Të punoj me kafshët
- Të dëgjoj/mbaj vesh mirë
- Të përdor paratë
- Të kursej
- Të zgjidh probleme
- Të bëj punë dore
- Të qep
- Të punoj me shtiza
- Të vesh me tapiceri/letër muri
- Të lyej
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Autorësia: Monika Simikin, Akademia e Mbrëmjes e Manhaimit

Për mua rëndësi ka

- Durimi
- Zelli
- Gatishmëria për të ndihmuar
- Performanca
- Shoqëria/Miqësia
- Familja
- Kënaqësia
- Paqja
- Mirësjellja
- Pastërtia
- Qetësia
- Siguria
- _____
- _____
- _____
- _____

Autorësia: Monika Simikin, Akademia e Mbrëmjes e Manhaimit

Ky material është krijuar në kuadër të projektit "Ndërtimi i urave lidhëse të shkollimit"
të Shoqatës Gjermane të Arsimit për të Rriturit
(Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.).

Gefördert durch

 Deutsche Gesellschaft
für Internationale
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Im Auftrag des

 Bundesministerium für
wirtschaftliche Zusammenarbeit
und Entwicklung

Programm Perspektive Heimat

Materiali 6 – Pyetje reflektimi

1. Cilat kanë qenë për ju situata të rëndësishme në biografinë tuaj, në të cilat ju keni ndryshuar apo keni fituar diçka?
2. Në cilën situatë të jetës suaj keni mësuar shumë?
3. Në situatën tuaj aktuale të jetës: Ku ka nxitje për të mësuar gjëra të reja?
4. Ku i shihni ju te vetja forcat dhe energjinë për situatën tuaj aktuale të të mësuarit?
5. Ku i shikoni vështirësitë?
6. Çfarë dëshironi të bëni në të ardhmen? Dhe si do ta arrini ju këtë?

Burimi: Krijuar nga përmbledhja e kompetencave në këshillimin arsimor

Ky material është krijuar në kuadër të projektit "Ndërtimi i urave lidhëse të shkollimit" të Shoqatës Gjermane të Arsimit për të Rriturit (Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.).

Gefördert durch

 Deutsche Gesellschaft
für Internationale
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Im Auftrag des

 Bundesministerium für
wirtschaftliche Zusammenarbeit
und Entwicklung

Programm Perspektive Heimat

Materiali 7 – Fushat e veprimtarisë

Caktimi i detyrave: Ju lutemi shënoni veprimtaritë e deritanishme në jetën tuaj. Shënoni në një hap të dytë, cilat detyra dhe kërkesa keni zotëruar dhe përballuar gjatë kësaj kohe dhe cilat kompetenca keni përdorur ose keni fituar rishtazi në këto detyra. Shënoni tani kompetencat, nga periudhat përkatëse kohore, të cilat dëshironi t'i përdorni me kënaqësi këtej e tutje / në të ardhmen.

Fushat e veprimtarisë në jetën time			
Fusha e jetës	Veprimtaritë	Çfarë aftësish kam unë? Çfarë kam mësuar unë, që të mundem të bëj diçka?	Çfarë dua të zhvilloj më tej? Të vazhdoj të mësoj?
Ekonomia familjare			
Familja			
Fëmijët			
Puna			
Shkolla			
Fqinjësia			
Hobi			
Interesat			
Situatat e veçanta të jetës			
Jeta në Gjermani ose në një vend tjetër			

Burimi: Krijuar nga përmbledhja e kompetencave në këshillimin arsimor

Materiali 8: Historia ime e suksesit

Në çfarë ia kam dalë të jem i suksesshëm?

Historiku:

Çfarë kam bërë unë saktësisht?

Cilat aftësi, karakteristika shfaqen këtu?

Rezultati im:

Cilat nga këto i kam bërë më me qejf/dëshirë?

Autorësia: Talentkompass NRW

Materiali 9 – 20 gjëra, të cilat i bëj me dëshirë

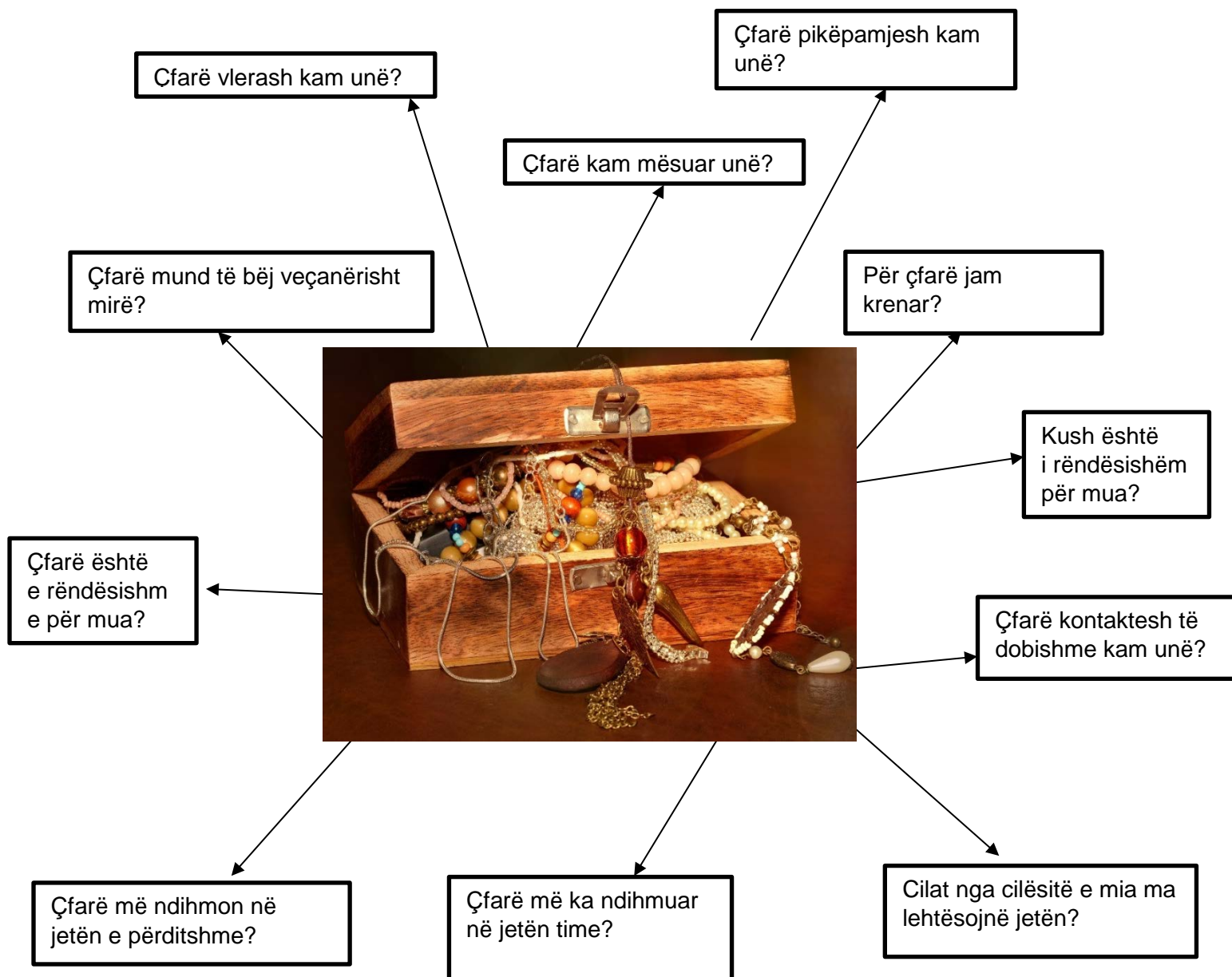
1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.
13.
14.
15.
16.
17.
18.
19.
20.

Këtu bëhet fjalë, pa u menduar gjatë, që të shënohen gjëra që japin kënaqësi. Shpesh janë gjëra të vogla – si p.sh. të bësh shëtitje ose të luash një instrument.

Një koleksion i gjërave të bukura mund të ndihmojë, nëse gjërat nuk shkojnë aq mirë. Pjesëmarrësit mund t'i shkruajnë njëri-tjetrit listën në një letër të veçantë dhe ta formulojnë atë bukur.

Burimi: Barbara Sher "Wishcraft. Vom Wunschtraum zum erfüllten Leben" (Universitas Verlag Tübingen)

Materiali 10 – Kutia ime personale e thesarit



Krijuar në kuadër të projektit "Ndërtimi i urave lidhëse të shkollimit".

Materiali 11 – Nga ideja tek qëllimi

Formuloni qëllimin në mënyrë optimale:

- – ndjenjë e mirë – pozitiv si qëllim afrimi – vetefektiv – motivues – konkret – i përcaktuar – realist – miqësor ndaj mjedisit

1. Projektimi

2. Projektimi

3. Projektimi – atje dua të shkoj unë!

Kapërcimi i pengesa / Çfarë duhet bërë tani? (Kapërcimi i pengesave = Njohje si mundësi)

Pengesë = Mundësi

Më konkretisht:

Idetë për kapërcimin:

Këtë do të bëj unë:

- **Planifikimi – Si do të filloj unë tani? Planifikimi konkret**

- Kur:

- Çfarë:

- Çfarë duhet marrë parasysh:

- Kush mund të më mbështesë? / Për kë duhet të mendoj?

- Me cilat mjete:

- Çfarë/kush mund të më ndihmojë?

- Në rast nevojë, unë do të bëj?

Autorësia: Talentkompass NRW

Ky material është krijuar në kuadër të projektit "Ndërtimi i urave lidhëse të shkollimit"
të Shoqatës Gjermane të Arsimit për të Rriturit
(Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.).

Gefördert durch

 Deutsche Gesellschaft
für Internationale
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Im Auftrag des

 Bundesministerium für
wirtschaftliche Zusammenarbeit
und Entwicklung

Programm Perspektive Heimat

Materiali 12 – Dielli i opsioneve

Dielli i opsioneve është një metodë me të cilën mund të bëhen të dukshme alternativa të ndryshme në një mënyrë të thjeshtë, pa ndonjë shpenzim të madh.

Në qendër të tabelës (ose të fletës DIN A 4) shkruhet tema për të cilën bëhet fjalë, p.sh. Opsionet e tanishme profesionale.

Skiconi dhe vizatoni opsionet si rreze: ashtu si rrezet e diellit opsionet e ndryshme shënohen duke u nisur nga ky rreth i temës, një opsion për çdo rreze. Së pari është e vlefshme të sigurohen opsionet, të cilat klienti/ja i ka tashmë në mendje dhe zemër.

Arti i këshilltares qëndron në faktin që të zgjerojë opsionet, që nga rrëfenjat e klientëve të dëgjojë e të nxjerrë mundësi të tjera dhe madje t'i propozojë ato në mënyrë aktive.

Pastaj, klienti/ja fillimisht duhet të vlerësojë dhe të shënojë atraktivitetin e opsioneve në një shkallë nga 0 – 10.

Në kalimin e dytë, klienti/ja pastaj duhet të vlerësojë dhe të shënojë në një ngjyrë tjetër realizueshmërinë e opsioneve në një shkallë nga 0 – 10 dhe të diskutojë rezultatin.

Në shumicën e rasteve, nga figura dalin një deri dy opsione që duken jo vetëm tërheqëse, por edhe mjaftueshëm të realizueshme, të cilat pastaj mund të diskutohen më tej dhe, nëse është e nevojshme, mund të kontrollohen me një bilanc emocional.

Çfarë është një bilanc emocional? Dhe për çfarë shërben ai?

Me ndihmën e një bilanci emocional, vendimi për një opsion mund të kontrollohet përsëri. Këtu mund të përcaktohen në të njëjtën kohë masa konkrete:

- Çfarë mund të bënte klienti/ja, me qëllim që opsioni të rritet në vlerën pozitive dhe të ulet në atë negative?

Një bilanc emocional është gjithashtu kuptimplotë, për të peshuar përbrenda, nëse një opsion është pozitiv ose negativ?

Autorësia: IFL, Irmgard Betzler

Materiali 13: Kartolinat me figura

Kartolinat me figura shpjegohen dhe lidhen me pyetje specifike. Pjesëmarrësit zgjedhin një figurë, të cilën ata e pëlqejnë në këtë moment. Kështu p.sh. një figurë mund të bëhet një simbol për një qëllim, i cili dëshirohet të arrihet.

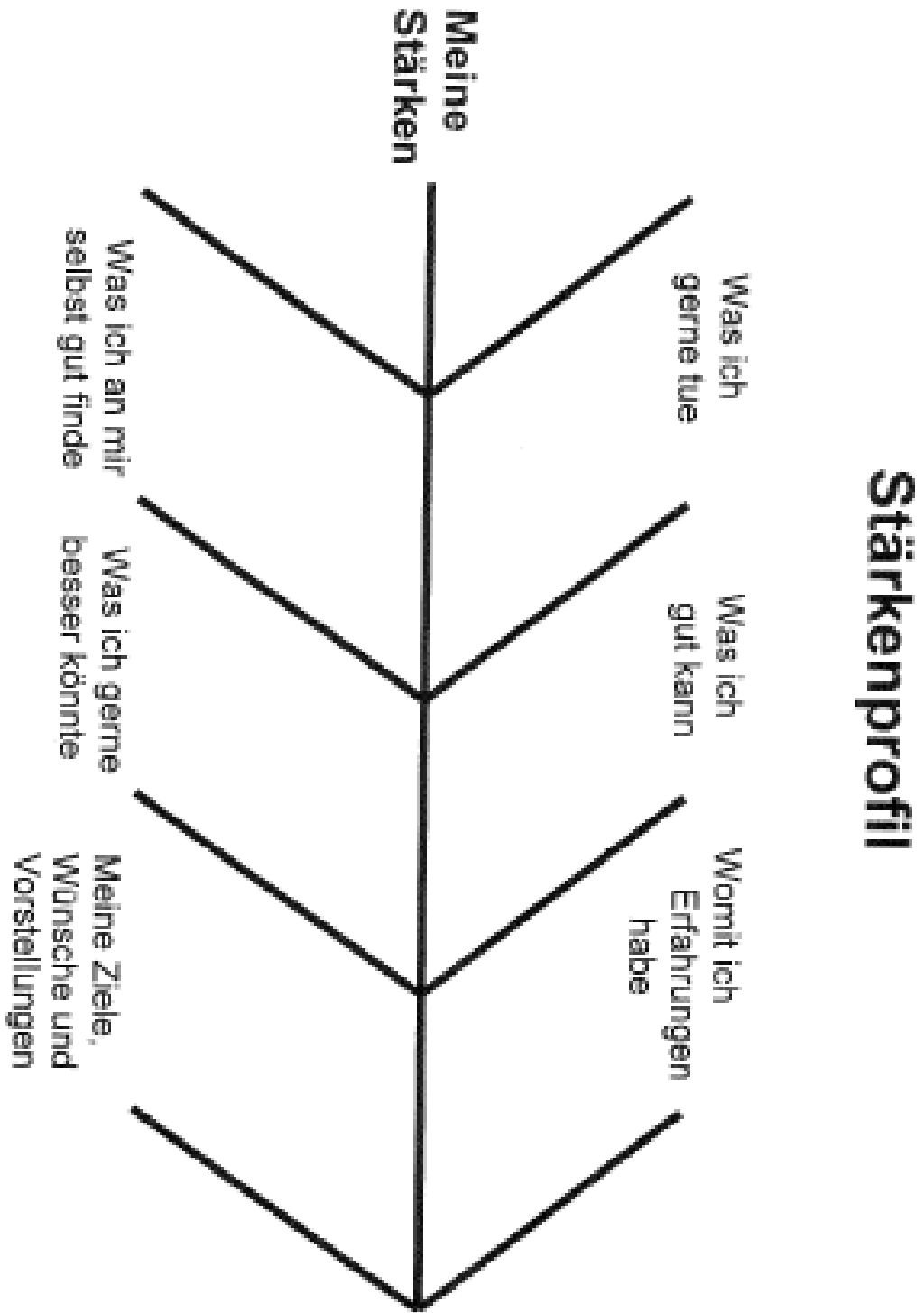
Figurat, të cilat lidhen me ide, qëllime të caktuara, qëndrojnë të ngulitura më mirë në kujtesë. Pjesëmarrësit marrin një kopje të figurës dhe kështu një "çengel", i cili i kujton ata për shembull për qëllimet e tyre.



Burimi: <https://www.123effizientdabei.de>

Autorësia: Kartolina me figura nga modeli i burimeve të Cyrihut sipas Maja Storch

Materiali 14 – Profili i pikave të forta



Stärkenprofil	Profili i pikave të forta
Meine Stärken	Pikat e mia të forta
Was ich gerne tue	Çfarë bëj unë me dëshirë
Was ich gut kann	Çfarë mund të bëj mirë
Womit ich Erfahrungen habe	Me çfarë kam unë përvoja
Was ich an mir selbst gut finde	Çfarë më pëlqen te vetja ime
Was ich gerne besser könnte	Çfarë do të bëja më mirë me qejf
Meine Ziele, Wünsche und Vorstellungen	Qëllimet, dëshirat dhe idetë e mia

Burimi: Krijuar nga përmbledhja e kompetencave në këshillimin arsimor

Materiali 15 – Konstatimi i kompetencave (shkurt)

Mbiemri: _____

Emri: _____

Vendlindja/Shteti: _____

Datëlindja: _____

Numri i telefonit: _____

Adresa e emailit: _____

beqar/e: i/e martuar: Bashkëshorti/ja punon si _____

Fëmijët: _____ Mosha e fëmijëve: _____

Çfarë gjuhësh flisni ju:

Sa kohë keni qenë në shkollë: _____

Diploma e shkollës: çfarë/kur/ku: _____

Profesioni: _____

Diploma profesionale: çfarë/kur/ku: _____

Veprimtari të tjera: _____

Studimet: _____

Përfundimi çfarë/kur/ku:

1. Sa kohë keni ndjekur shkollën?

2. Çfarë ju ka sjellë veçanërisht më shumë kënaqësi në shkollë? Në cilat lëndë keni qenë veçanërisht mirë?

3. Çfarë veprimtarish keni ushtruar pas shkollës? Çfarë ju ka sjellë veçanërisht më shumë kënaqësi?

4. A keni ju një arsimim profesional? Nëse po, çfarë? Për sa kohë dhe ku keni punuar në këtë fushë? A ju ka sjellë gëzim dhe kënaqësi puna në profesionin tuaj? Çfarë ju ka pëlqyer më shumë?

5. A keni punuar në Gjermani apo a keni bërë një praktikë pune? Nëse po, çfarë keni bërë saktësisht? Çfarë ju ka sjellë kënaqësi nga këto dhe përse?

6. Çfarë do të dëshironit të bënit/punonit me kënaqësi në vendlindjen tuaj?

7. Si do t'i arrini qëllimet tuaja, të cilat i keni marrë përsipër për jetesën në vendlindjen tuaj?

8. A ka persona që mund t'i kontaktoni në vendlindjen tuaj / me të cilët keni kontakt tashmë, të cilët do t'ju ndihmojnë apo mund t'ju ndihmojnë në riintegrimin tuaj?

Autorësia: Akademia e Mbrëmjes të Manhaimit