



CZY WIESZ, ŻE...?

JEST W TOBIE WIĘCEJ, NIŻ MYŚLISZ.

DAJ SWOIM UMIEJĘTNOŚCIOM SZANSE ROZKWIĆNĄĆ.

www.kreatywnydoradca.pl

KARTA POMOCNICZA „UMIEJĘTNOŚCI”

Czy potrafisz?:

- Kierować grupą (ile osób?)
- Wzbudzić zaufanie
- Redagować (co?)
- Zarządzać budżetem (jakim? ile?)
- Szukać informacji (jakich?)
- Produkować (co?)
- Obliczać (co?)
- Opracować (co?)
- Kierować ludźmi (jakimi? ilu?)
- Wysłuchać innych (kogo? dlaczego?)
- Wypowiadać się publicznie (w jakich okolicznościach?)
- Studiować (co?)
- Budować (co?)
- Planować budżet (jaki? ile?)
- Mierzyć (co? jak?)
- Wymyślać (co?)
- Brać na siebie odpowiedzialność w ramach zespołu (jaką?)
- Wyrazić swoją opinię, osąd (w jakich okolicznościach?)
- Argumentować, przekonać (kogo? dlaczego?)
- Poinformować się, być na bieżąco (z czym?)
- Organizować (co?)
- Kontrolować, weryfikować (co?)
- Robić plany (jakie?)
- Klasyfikować (co?)
- Szkolić (kogo? jak? w jakiej dziedzinie?)
- Postrzegać potrzeby, problemy innych ludzi (jakiego typu?)
- Przedstawić jasne wystąpienie (na jaki temat?)
- Rejestrować (co?)
- Przeprowadzić ekspertyzę (jaką?)
- Szukać rozwiązań (dla jakiego typu problemów?)
- Czytać plany (jakie?)
- Prowadzić projekty (jakie?)
- Negocjować dyskutować (co?)
- Wyjaśniać, udzielać informacji
- Planować (co?)
- Oceniać (co?)
- Dokumentować (jaki temat?)
- Opracować projekty (jakie?)
- Nadzorować (kogo? co?)
- Doradzać (komu? w czym?)
- Podsumować (co?)
- Utrzymywać (co?)
- Koordynować (co?)
- Używać (czego?)
- Uruchamiać (co?)

Kierować grupą (ile osób?)

- Zorganizować wspólne wyjście ze znajomymi (np. 4–6 osób).
- Poprowadzić drużynę podczas gry zespołowej.
- Koordynować przygotowania do wspólnego prezentu dla kogoś.
- Pomóc młodszym kuzynom w wykonaniu zadania lub zabawie w grupie.
-

Wzbudzić zaufanie

- Dochować tajemnicy powierzonej przez przyjaciela.
- Systematycznie i punktualnie wywiązywać się z obowiązków domowych.
- Opiekować się czymś pupilem lub roślinami pod nieobecność właściciela.
- Być osobą, do której znajomi zwracają się po radę.
-

Redagować (co?)

- Napisać opis wydarzenia do mediów społecznościowych grupy.
- Przygotować tekst zaproszenia na urodziny lub spotkanie.
- Opracować instrukcję „jak coś zrobić” dla młodszego rodzeństwa.
- Ułożyć ogłoszenie (np. o sprzedaży rzeczy online).
-

Zarządzać budżetem (jakim? ile?)

- Zaplanować wydatki z miesięcznego kieszonkowego.
- Porównać ceny kilku produktów i wybrać najkorzystniejszą opcję.
- Oszczędzać na konkretny cel (np. gra, książka, prezent).
- Pomóc w organizacji budżetu na wspólny wyjazd z przyjaciółmi.
-

Szukać informacji (jakich?)

- Sprawdzić, jak samodzielnie wykonać coś (np. prosty przepis lub naprawę).
- Znaleźć informacje o możliwych ścieżkach edukacji lub zawodach.
- Porównać oferty różnych sklepów internetowych.
- Szukać opinii o książkach, filmach, grach przed wyborem.
-

Produkować (co?)

- Stworzyć prostą grafikę lub mem na telefonie lub komputerze.
- Uszyć, skleić lub zbudować coś z dostępnych materiałów.
- Nagrać krótki filmik lub podcast.
- Zrobić domowy kosmetyk lub świecę DIY.
-

Obliczać (co?)

- Obliczyć czas potrzebny na wykonanie kilku zadań przed wyjściem.
- Przeliczyć walutę podczas planowania zakupu online z zagranicy.
- Oszacować łączny koszt zakupów przed wyjściem do sklepu.
- Obliczyć ilość składników potrzebnych do podwojenia przepisu.
-

Opracować (co?)

- Stworzyć plan tygodnia z podziałem na zadania i czas wolny.
 - Wymyślić własne zasady do gry planszowej lub karcianej.
 - Opracować pomysł na projekt, np. rysunek, filmik, komiks.
 - Przygotować plan działania na wspólne sprzątnięcie lub gotowanie.
 -
-

Kierować ludźmi (jakimi? ilu?)

- Pomóc młodszym dzieciom w wykonaniu zadania lub zabawy.
- Poprowadzić wspólne gotowanie z domownikami.
- Zorganizować podział zadań podczas rodzinnej uroczystości.
- Pokierować kolegami przy organizowaniu czegoś w sąsiedztwie (np. zbiórki rzeczy).
-

Wysłuchać innych (kogo? dlaczego?)

- Wysłuchać koleżanki, która przeżywa trudny dzień.
- Poświęcić czas, by wysłuchać seniora z rodziny, który opowiada o przeszłości.
- Dać komuś przestrzeń do wyrażenia emocji bez oceniania.
- Zareagować z empatią na cudze zmartwienie lub radość.
-

Wypowiadać się publicznie (w jakich okolicznościach?)

- Przedstawić się i opowiedzieć coś o sobie w nowej grupie.
- Opowiedzieć o swoim hobby lub pasji podczas spotkania klasowego, harcerskiego lub koła zainteresowań.
- Zabrać głos podczas zebrania rodzinnego, np. zaproponować wspólny plan dnia.
- Wystąpić w krótkim przedstawieniu lub czytać na forum grupy (np. w bibliotece, klubie).
-

Studiować (co?)

- Zgłębiać temat, który interesuje (np. kosmos, dinozaury, grafika komputerowa).
- Oglądać filmy edukacyjne lub czytać artykuły popularnonaukowe.
- Uczyć się samodzielnie języka obcego przez aplikacje lub książki.
- Poznawać zasady działania jakiejś technologii, np. jak działa silnik lub jak robi się gry.
-

Budować (co?)

- Składać meble lub sprzęt zgodnie z instrukcją.
- Tworzyć konstrukcje z klocków, drewna, kartonów – według własnego pomysłu.
- Budować dobre relacje z rówieśnikami i rodziną (komunikacja, współpraca).
- Projektować i budować elementy do gier planszowych lub DIY.
-

Planować budżet (jaki? ile?)

- Zaplanować, na co wydać 100 zł kieszonkowego w ciągu miesiąca.
- Ustalić, ile potrzeba zaoszczędzić na wakacyjną wycieczkę lub koncert.
- Podzielić dostępne środki na kilka kategorii (np. przyjemności, oszczędności, prezenty).
- Wspólnie z rodziną zaplanować zakupy na przyjęcie urodzinowe z ograniczonym budżetem.
-

Mierzyć (co? jak?)

- Mierzyć czas potrzebny na różne czynności i porównać (np. gotowanie makaronu, dojazd rowerem).
 - Zmierzyć odległość (np. krokomierzem, linijką, aplikacją).
 - Mierzyć składniki do przepisu kulinarnego (łyżeczki, szklanki, waga).
 - Obserwować własne postępy w jakiejś dziedzinie (np. bieganie, nauka słówek).
 -
-

Wymyślać (co?)

- Wymyślić nową grę, zabawę lub zasady do istniejącej.
- Zaprojektować własną postać lub świat do opowieści lub gry.
- Znaleźć kreatywny sposób na rozwiązanie problemu (np. organizacja przestrzeni w pokoju).
- Zaproponować ciekawe sposoby spędzania czasu z rodziną lub znajomymi.
-

Brać na siebie odpowiedzialność w ramach zespołu (jaką?)

- Zadbać o punktualne przypomnienie wszystkim o wspólnym zadaniu (np. spotkaniu, prezentacji).
- Pilnować, żeby zespół miał wszystkie potrzebne materiały do pracy.
- Dbać o porządek po wspólnej pracy lub zabawie.
- Zająć się tym, czego nie chcieli inni – np. trudniejszym elementem zadania, wymagającym więcej skupienia.
-

Wyrazić swoją opinię, osąd (w jakich okolicznościach?)

- Powiedzieć, co sądzisz o nowym filmie, grze lub książce.
- Wyrazić zdanie na temat propozycji wspólnego wyjścia lub planu dnia.
- Podzielić się swoim punktem widzenia podczas rozmowy w rodzinie.
- Skomentować sytuację, która Twoim zdaniem wymaga reakcji (np. niesprawiedliwe traktowanie kogoś).
-

Argumentować, przekonać (kogo? dlaczego?)

- Przekonać rodzica, że warto wypróbować nowe hobby.
- Uzasadnić wybór miejsca na wspólną wycieczkę.
- Próbować zachęcić znajomego do dołączenia do grupy lub akcji.
- Wyjaśnić, dlaczego Twoje rozwiązanie problemu może się sprawdzić.
-

Poinformować się, być na bieżąco (z czym?)

- Śledzić wydarzenia lokalne – koncerty, inicjatywy, spotkania.
- Sprawdzać, co się zmienia w zasadach rekrutacji do szkół.
- Obserwować nowe trendy w modzie, grach lub technologii.
- Dowiadywać się, jakie są możliwości rozwoju pasji lub zajęć dodatkowych.
-

Organizować (co?)

- Zorganizować wspólne spotkanie z przyjaciółmi.
- Zaplanować dzień tak, by zdążyć z różnymi obowiązkami i czasem wolnym.
- Uporządkować swoją przestrzeń – pokój, komputer, materiały.
- Przygotować plan działania dla wspólnego projektu (np. plakatu, filmiku).
-

Kontrolować, weryfikować (co?)

- Sprawdzać, czy wszystkie rzeczy są spakowane na wyjazd.
 - Weryfikować, czy zadanie domowe jest zgodne z wymaganiami.
 - Kontrolować, czy domowy budżet się zgadza z planem.
 - Przejrzeć gotowy projekt, żeby upewnić się, że nie ma błędów.
 -
-

Robić plany (jakie?)

- Zaplanować wakacje lub ferie – co, gdzie, kiedy.
- Rozpisać tygodniowy plan nauki i odpoczynku.
- Przygotować plan działań przed ważnym wydarzeniem (np. urodzinami).
- Zaplanować kroki potrzebne do realizacji własnego celu (np. zakup roweru, udział w konkursie).
-

Klasyfikować (co?)

- Posortować zdjęcia, notatki lub pliki według tematów.
- Podzielić obowiązki domowe na codzienne i weekendowe.
- Grupować książki lub ubrania według typu lub przeznaczenia.
- Uporządkować kolekcję (np. kart, figurek, płyt) według wybranego klucza.
-

Szkolić (kogo? jak? w jakiej dziedzinie?)

- Pokazać młodszemu rodzeństwu, jak obsługiwać prostą aplikację lub grę.
- Wy tłumaczyć komuś, jak zrobić coś praktycznego (np. złożyć origami).
- Prowadzić mini-warsztaty w grupie rówieśniczej (np. na obozie).
- Pomagać innym zrozumieć nowe pojęcie, np. z matematyki czy języka obcego.
-

Postrzegać potrzeby, problemy innych ludzi (jakiego typu?)

- Zauważyć, że ktoś w grupie czuje się wykluczony i spróbować to zmienić.
- Dostrzec, że kolega ma trudności z nauką i zaproponować pomoc.
- Zorientować się, że ktoś potrzebuje towarzystwa lub rozmowy.
- Rozpoznać, kiedy ktoś się stresuje i go wesprzeć.
-

Przedstawić jasne wystąpienie (na jaki temat?)

- Opowiedzieć o swoim hobby podczas prezentacji.
- Przedstawić pomysł na wspólną inicjatywę w grupie lub rodzinie.
- Przeprowadzić krótką prezentację o ważnym wydarzeniu lub osobie.
- Wyjaśnić zasady gry lub działania urządzenia innym.
-

Rejestrować (co?)

- Zapisywać wydatki, żeby wiedzieć, na co idą pieniądze.
- Prowadzić dziennik lub notatki z postępów w nauce.
- Dokumentować kolejne etapy projektu (np. zdjęciami, notatkami).
- Spisywać listy rzeczy do zrobienia lub zakupienia.
-

Przeprowadzić ekspertyzę (jaką?)

- Ocenić kilka ofert (np. telefonów, butów, słuchawek) i porównać ich cechy.
- Sprawdzić, który sposób nauki działa najlepiej – i opisać wyniki.
- Przeanalizować aplikacje do nauki języków i wybrać najwygodniejszą.
- Zebrać opinie innych i podsumować, która opcja jest najlepsza (np. wybór miejsca na wycieczkę).
-

Szukać rozwiązań (dla jakiego typu problemów?)

- Jak pogodzić naukę z czasem na hobby.
 - Jak zaoszczędzić na wymarzonej rzecz przy ograniczonym budżecie.
 - Jak poradzić sobie z konfliktem w grupie znajomych.
 - Jak poprawić organizację własnego czasu.
 -
-

Czytać plany (jakie?)

- Plan lekcji lub tygodniowy grafik zajęć dodatkowych.
 - Rozkład jazdy autobusu lub pociągu.
 - Plan wydarzenia (np. festiwalu, pikniku rodzinnego).
 - Instrukcję składania mebli lub zestawu LEGO.
 -
-

Prowadzić projekty (jakie?)

- Organizacja zbiórki lub akcji charytatywnej.
 - Przygotowanie filmiku lub prezentacji o ważnym temacie.
 - Zorganizowanie turnieju gier lub konkursu w grupie rówieśniczej.
 - Projekt DIY – własnoręcznie wykonany przedmiot lub dekoracja.
 -
-

Negocjować, dyskutować (co?)

- Ustalanie wspólnych zasad z rodzeństwem lub znajomymi.
 - Wybór filmu, gry, miejsca spotkania – i przekonywanie do swojej propozycji.
 - Dyskusja na temat podziału obowiązków domowych.
 - Rozmowa z nauczycielem w celu poprawy oceny lub dodatkowego terminu.
 -
-

Wyjaśniać, udzielać informacji

- Tłumaczenie zasad gry lub działania aplikacji.
 - Pomoc w zrozumieniu zadania domowego lub nowego tematu.
 - Przedstawienie swojego pomysłu krok po kroku.
 - Informowanie innych o nadchodzących wydarzeniach lub zmianach.
 -
-

Planować (co?)

- Plan dnia, tygodnia lub konkretnego wydarzenia.
 - Przygotowanie listy zadań do wykonania przed wyjazdem.
 - Plan nauki przed egzaminem lub kartkówką.
 - Zaplanowanie wspólnego prezentu lub niespodzianki.
 -
-

Oceniać (co?)

- Ocena użyteczności aplikacji lub narzędzia.
 - Porównanie dwóch produktów przed zakupem.
 - Refleksja: co wyszło dobrze, a co warto poprawić po zakończonym projekcie.
 - Samoocena swoich postępów w nauce lub treningu.
 -
-

Dokumentować (jaki temat?)

- Przebieg projektu krok po kroku (np. zdjęcia, notatki).
 - Wydarzenia z życia (np. prowadzenie pamiętnika, vloga).
 - Wyniki doświadczenia lub testu.
 - Zapisanie pomysłów i inspiracji do późniejszego wykorzystania.
 -
-

Opracować projekty (jakie?)

- Projekt plakatu lub ulotki informacyjnej.
 - Pomysł na własny kanał, podcast lub stronę.
 - Projekt osiedlowej inicjatywy (np. wymiana książek).
 - Opracowanie scenariusza do filmiku lub gry.
 -
-

Nadzorować (kogo? co?)

- Dopilnować młodszych dzieci podczas zabawy.
 - Nadzorować przebieg wspólnych przygotowań do wydarzenia.
 - Sprawdzać, czy wszystko jest gotowe przed wyjazdem lub imprezą.
 - Czuwać nad tym, żeby każdy z zespołu miał przypisane zadanie.
 -
-

Doradzać (komu? w czym?)

- Podpowiedzieć znajomemu, jak uczyć się skutecznie.
 - Pomóc komuś wybrać prezent lub stylizację.
 - Doradzić, jak napisać wiadomość lub odpowiedź (np. mail, wiadomość do nauczyciela).
 - Zasugerować sposoby radzenia sobie ze stresem lub napięciem.
 -
-

Podsumować (co?)

- Przedstawić, co udało się zrobić w projekcie grupowym.
 - Podsumować dzień lub tydzień (co się udało, co można poprawić).
 - Wypisać najważniejsze wnioski z przeczytanego tekstu lub obejrzanego filmu.
 - Zrobić podsumowanie zebrania, spotkania lub rozmowy.
 -
-

Utrzymywać (co?)

- Utrzymywać porządek na biurku, w pokoju, w folderach na komputerze.
 - Dbać o relacje z przyjaciółmi – regularny kontakt, zainteresowanie.
 - Utrzymywać rutynę – sen, nauka, obowiązki.
 - Pielęgnować domowe rośliny lub opiekować się zwierzęciem.
 -
-

Koordynować (co?)

- Ustalić z grupą, kto co robi w projekcie i przypilnować terminów.
 - Zorganizować wspólny wypad lub spotkanie – kto przynosi co, kto kogo odbiera.
 - Rozdzielić obowiązki podczas wydarzenia rodzinnego lub klasowego.
 - Zapewnić, że każdy wie, co ma robić w zadaniu grupowym.
 -
-

Używać (czego?)

- Aplikacji do organizacji czasu lub notatek (np. kalendarz Google, inne).
 - Narzędzi online do tworzenia grafik, filmów, prezentacji.
 - Sprzętu codziennego użytku – miksera, drukarki, kamery.
 - Programów komputerowych lub mobilnych do nauki lub rozrywki.
 -
-

Uruchamiać (co?)

- Własną inicjatywę – np. zbiórkę, klub, bloga.
- Projekt lub działanie w szkole/na osiedlu (np. wymiana książek, turniej).
- Sprzęt lub program po raz pierwszy – z samodzielną konfiguracją.
- Proces: np. zaplanowanie i rozpoczęcie nauki czegoś nowego (język, umiejętność).
-