



Mano Karjeros Planas

11 klasė

Data:

Mokykla:

Vardas, pavardė:

Karjeros planas padės sutelkti dėmesį į ateities tikslus ir planus. Jo padedamas išsiaiškinsi, kokiais būdais galima siekti savo tikslų mokykloje, darbe ir gyvenime. Karjeros planas padės tau nuspręsti, ką turi daryti ir kokiais būdais.

Kas aš esu?

<p>Mano asmenybės savybės</p> <p><i>*Žodžiai, kurie geriausiai mane apibūdina</i></p>	
<p>Mano gabumai / talentai</p> <p><i>*Pvz., iš „Mokinio knygos“ – Mano dominuojantis intelekto tipas</i></p>	
<p>Mano interesai.</p> <p><i>* Interesas – tai susidomėjimas kuo nors, norint tai geriau pažinti. Savo interesus galima pažinti analizuojant, kokia veikla mėgsti užsiimti mokykloje ir po pamokų, pvz.: organizuoti renginius, fotografuoti, šokti, rašyti laiškus ir pan.</i></p>	
<p>Mano vertybės</p> <p><i>*Tai, kas man yra svarbu, kuo aš vadovaujuosi gyvenime, pvz.: laisvė, pripažinimas, išmintis ir pan.</i></p>	
<p>Mano gebėjimai ir kompetencijos</p> <p><i>*Tai, ką aš galiu gerai atlikti, pvz.: komandinis darbas, problemų sprendimo įgūdžiai, gebėjimas programuoti, vesti derybas ir pan.</i></p>	
<p>Mano pasiekimas, kuriuo labiausiai didžiuojuosi</p>	
<p>Mano siekiai</p> <p><i>*Ką aš noriu pasiekti baigęs mokyklą, pvz.: mano svajonių specialybė, universitetas, darbas ir pan.</i></p>	

* Mano mokymasis ir pasiekimai moksle:

<p>Mokomieji dalykai, kuriuos aš pasirinkau šiais metais</p>	
<p>Mokomieji dalykai, kurie man labiausiai patinka</p>	
<p>Mano mokymosi stilius</p> <p><i>* Pagal „Mokinio knygą“</i></p>	

* Pasiekimai darbinėje ir visuomeninėje veikloje (savanoriškas ar apmokamas darbas, veikla mokykloje ir už mokyklos ribų):

Darbdavio vardas / Organizacijos pavadinimas	Užduotys, kurias vykdžiau	Užduotys, kurios man patiko

Mano ateitis

★ Įvardyk du savo karjeros pasirinkimus:

Mano karjeros pasirinkimai:	Pirmas pasirinkimas	Antras pasirinkimas
Mane dominanti veikla/profesija ★Įvardyk konkrečias profesijas arba tik veiklos sritis.		
Kodėl aš tai pasirinkau?		
Reikalingos savybės		
Reikalingi darbui gebėjimai ir kompetencijos		
Potencialūs darbdaviai		
Įsidarbinimo perspektyvos ★Didelės, vidutinės, mažos		
Reikalingas išsilavinimas ★Universitetinis, profesinis ar kt.		
Mokymosį įstaigos ★Kur galėtum įgyti šią profesiją		
Reikalavimai stojantiesiems		

Informacija apie profesijas: www.mukis.lt, www.aikos.smm.lt, www.karjerosmokykla.europass.lt;
<http://www.euroguidance.lt/vaizdines-priemones/filmai-apie-profesijas> ir kt.

Informacija apie studijas: www.aikos.smm.lt, www.kurstudijuoti.lt, www.balticstudent.eu, www.studijos.lt,
www.mokslas.lt ir kt.

Informacija apie įsidarbinimą: www.ldb.lt, <http://www.zinauviska.lt/lt/darbas/darbas-lietuvoje> ir kt.

★ Pildyk savo kompetencijų aplanką

Mano kompetencijų aplankas	v	Kada turėsiu?
Gyvenimo aprašymas/CV (lietuvių, užsienio kalba)		
Mano Europass CV		
Mano Europass kalbų pasas		
Motyvacinis laiškas (lietuvių, užsienio kalba)		
Lydintysis laiškas		
Išsamus įgytų gebėjimų ir kompetencijų sąrašas		
Kūrybos darbų pavyzdžiai (jei domina meno studijos)		
Diplomai / Sertifikatai / Apdovanojimai, Įvertinimai / Padėkos		
IELTS arba TOEFL anglų kalbos testas arba kiti testai		
Rekomendacijos raštu (mokytojų, darbdavių, būrelių vadovų)		
Mokymosi rezultatai		

Mano planai

* Tikslai yra tai, ką nori pasiekti ateityje. Tikslai padeda pasiruošti pokyčiams mokykloje ir gyvenime. Svarbu apie savo tikslus pradėti galvoti kuo anksčiau, taip turėsi laiko išsiaiškinti būdus, kaip juos pasiekti. Galvodamas apie tikslus rinksiesi mokyti tuos dalykus, kurie tau patinka, domėsis profesijomis, kurios tau aktualios, ir būsi atviras įvairioms galimybėms ateityje. Jei per metus pasieksi išsikeltus tikslus, išsikelk sau kitus, galbūt tokius, kuriems pasiekti reikia daugiau pastangų.

* Pagalvok, kiek užtruksi siekdamas savo tikslų. Kai kurie tikslai yra trumpalaikiai, juos gali pasiekti per kelias savaites (trumpalaikiais vadinkime tikslus, kuriems pasiekti reikia iki 12 mėnesių). Kiti tikslai yra ilgalaikiai - jiems pasiekti gali prireikti 5 metų ir daugiau. Pvz. ilgalaikis tikslas – tapti mokyklos psichologu; trumpalaikis tikslas – pasikalbėti su mokyklos psichologu apie jo darbo specifiką ir ko reikia, kad juo tapti.

★Mano karjeros tikslai (mokymosi ir darbo):

Trumpalaikiai tikslai	Kodėl jie svarbūs?	Įgyvendinimo data
Ilgalaikiai tikslai	Kodėl jie svarbūs?	Įgyvendinimo data

Savybės ir kompetencijos, kurias turiu ugdyti, kad įgyvendinčiau savo karjeros tikslus:	Įgyvendinimo data
Asmeninės savybės <i>(pvz.: asmeniniai bruožai, tokie kaip gebėjimas save pristatyti, motyvacija)</i>	
Kompetencijos (pvz.: laiko valdymas, streso valdymas, konfliktų sprendimas, komandinis darbas, problemų sprendimas)	

★Karjeros informacijos paieška: KAIP IR KUR?

Informacijos apie profesijas, studijas, įsidarbinimo galimybes šaltiniai * interneto svetainės, žurnalai, knygos ir kt.	
Žmonės, kurie man gali padėti * pvz.: draugai, šeima, karjeros konsultantai, mokytojai ir kt.	
Atvirų durų dienos, kurias aplankysiu * įrašyk konkrečią datą, vietą ir laiką	

Mano tikslų peržiūra

★ Karjeros planą periodiškai reikia peržiūrėti. Skirk tam laiko, apmąstyk tikslus ir planus, kuriuos buvai nusimatęs. Įvertink, kaip sekasi pritaikyti savo gebėjimus ir žinias įgyvendinant pasirinktą karjeros kelią.



Data:

Tikslai, kuriuos pasiekiau iki šiandien	Kada juos pasiekiau?	Kokių veiksmų ėmiausi, kad juos pasiekčiau?

Tikslai, kurių dar nepasiekiau, bet noriu pasiekti	Kada juos pasieksiu?	Kokių veiksmų imsiuosi, kad juos pasiekčiau? Kas man gali padėti?

Nauji tikslai, kuriuos noriu pasiekti	Kada juos pasieksiu?	Kokių veiksmų imsiuosi, kad juos pasiekčiau? Kas man gali padėti?

Tėvų, šeimos narių, globėjų ar kitų žmonių, kuriais pasitikiu, pastebėjimai	Data: Pastebėjimai:
Mokytojų, karjeros specialistų ar kito mokyklos personalo pastebėjimai	Data: Pastebėjimai: