



SKYRIUS **Karjeros planavimas**  
TEMA **Karjeros sprendimų priėmimas  
ir vertinimas**

## Mano karjeros sprendimo kriterijai



Remdamiesi užduoties „Mano psichologinis portretas“ (arba užduočių „Karjeros vertybės“, „Asmenybės bruožai“) rezultatais, užpildykite lentelę: kairėje pusėje parašykite svarbiausias savo charakteristikas, dešinėje – su jomis sietinus karjeros sprendimo (studijų programos arba darbo vietos pasirinkimo) kriterijus.

<b>Pavyzdys:</b>	<b>Karjeros sprendimo kriterijai</b>
<b>Karjeros vertybės</b>	
Pažanga	Galimybė nuolat mokytis, tobulėti
Įvairovė	Nuolat kintančios darbo veiklos, aplinkos
Balansas	Lengva derinti darbą su šeima, laisvalaikiu
Finansinis atlygis	Uždarbis didesnis nei šalies vidutinis
Iššūkiai	Darbe nėra rutinos
...	
<b>Asmenybės bruožai</b>	
Kūrybiškumas	Galimybė kurti (tekstus, idėjas, rankdarbius ar kt.)
Komunikabilumas	Galimybė bendrauti su kolegomis ir klientais
...	
<b>Interesai</b>	
Tvarumas	Veikla susijusi su tvarumo idėja
Sveika gyvensena	Veikla susijusi su sveikos gyvensenos idėja
Kelionės	Galimybė dirbti nuotoliniu būdu
...	
<b>Gabumai</b>	
Kūrybinio rašymo	Reikia kurti tekstus
Viešojo kalbėjimo	Tenka pasisakyti viešai, įtaigiai kalbėti
...	
<b>Kompetencijos</b>	
Projektinės veiklos	Vykdomi įvairūs projektai
Komandinio darbo	Dirbama komandoje
...	
<b>Ateities vizijos elementai</b>	
Gyvenamoji vieta – sodyba pušyne	Laisvas darbo grafikas, galimybė dirbti nuotoliniu būdu
5 asmenų šeima	Lengva derinti darbą su šeima
...	



Pavyzdys:	Karjeros sprendimo kriterijai
Karjeros vertybės	
Asmenybės bruožai	
Interesai	
Gabumai	
Kompetencijos	
Ateities vizijos elementai	

Išryškinę karjeros sprendimo (studijų programos arba darbo vietos pasirinkimo) kriterijus, dar kartelį juos peržiūrėkite, apjunkite panašius ar pasikartojančius. Sudarykite sprendimo kriterijų eilę, išrikiuodami juos nuo svarbiausio iki mažiausiai svarbaus.

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....
10. ....