



SKYRIUS **Karjeros planavimas**  
TEMA **Karjeros plano kūrimas ir atnaujinimas**

## Tikslo link



Kuriant ir koreguojant karjeros planą, labai svarbu išsikelti konkrečius tikslus aktualiausiose gyvenimo ir karjeros srityse: darbo, mokymosi ir laisvalaikio.

Darbo srityje išsikeltas tikslas – jūsų pasirinkta profesija.

Mokymosi srityje išsikeltas tikslas – jūsų pasirinkta studijų kryptis, padėsianti įgyti kompetencijų, reikalingų būsimai profesijai.

Laisvalaikio srityje tikslas – jūsų lankomi būreliai, užsėmimai, treniruotės, savanoriška veikla, padėsianti įgyti praktinės patirties, naudingos karjerai.

Nustatykite, kas padeda ir kas trukdo pasiekti jūsų išsikeltus tikslus, įvertindami savo asmenines savybes ir kompetencijas, o taip pat išorinius aplinkos veiksnius.

Pateiktose schemose įrašykite konkrečius, savo numatytus tikslus kiekvienoje srityje. Atlikite analizę, pasirinkdami, kuris atsakymas jums tinka.

.....

### Darbo sritis:

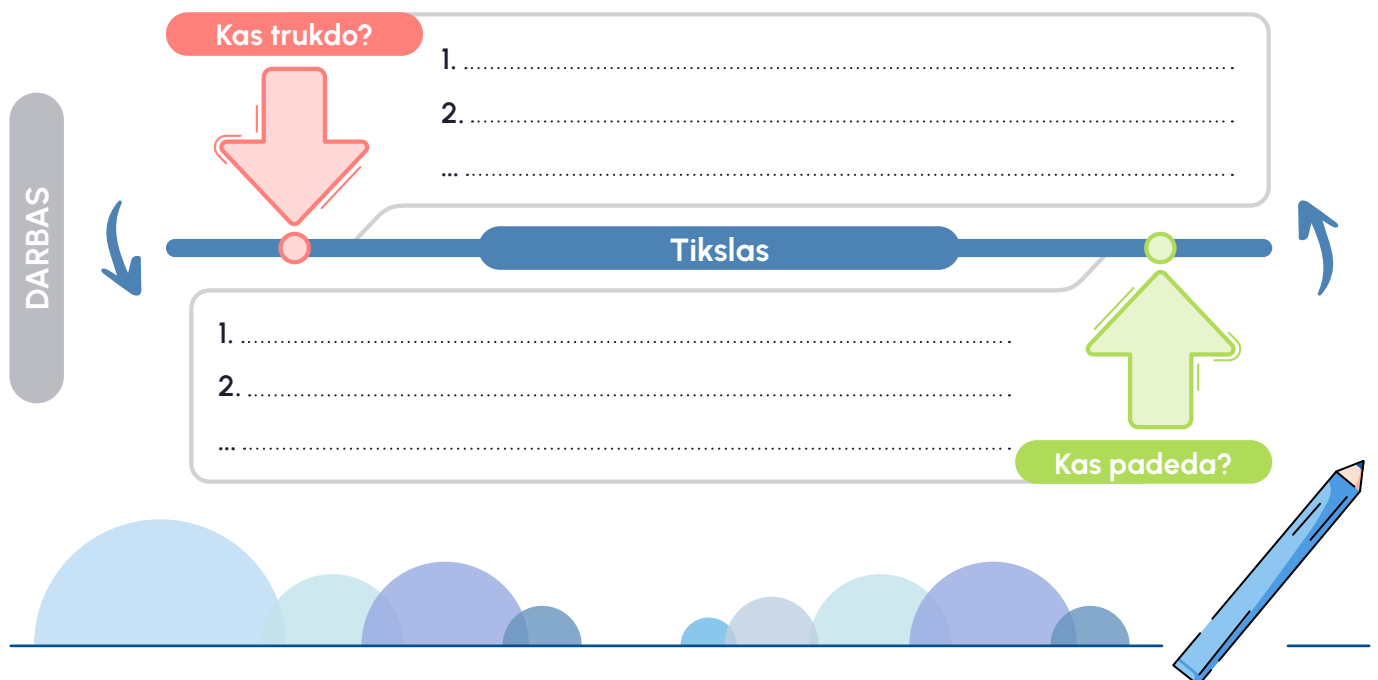
Potencialios įmonės, kuriose galėčiau dirbti – Galimas atlyginimas, dirbant pagal pasirinktą profesiją – **žinau/nežinau**

Galimybė kilti karjeros laiptais pagal pasirinktą profesiją – **žinau/nežinau**

Praktinė profesinė patirtis – **turiu/neturiu**

Technologinė pažanga kelia grėsmę pasirinktai profesijai – **taip/ne**

Profesijos sritis priklauso nuo politinių ar ekonominių konfliktų – **taip/ne**





**Mokymosi sritis:**

Kur galėsiu studijuoti, įgydamas norimą profesiją – **žinau/nežinau**

Konkursiniai mokomieji dalykai, kurių egzaminus turėsiu laikyti – **žinau/nežinau**

Man puikiai sekasi mokslai – **taip/ne**

Esu motyvuotas, kad įgyčiau kuo daugiau žinių ir patirties – **taip/ne**

Man patinka tingėti – **taip/ne**

Ieškau papildomos informacijos, susijusios su būsima profesija – **taip/ne**

MOKYMASIS

**Kas trukdo?**

1. ....

2. ....

...

**Tikslas**

1. ....

2. ....

...

**Kas padeda?**

**Laisvalaikis:**

Susidarau dienvakę ir joje numatau laiką poilsiui – **taip/ne**

Dalyvauju būreliuose, treniruotėse, padedančiose įgyti žinių ar praktinės patirties, naudingos pasirinktai profesijai – **taip/ne**

Tikslingai dalyvauju savanoriškoje veikloje – **taip/ne**

Domiuosi naujovėmis būsimos profesijos srityje – **taip/ne**

Turiu draugų ir bendraminčių būrį, su kuriais smagiai leidžiu laiką – **taip/ne**

Suprantu, kad norėdamas pasiekti kuo aukštesnių savo asmeninių gebėjimų, turiu skirti laiko ir kokybiškam poilsiui – **taip/ne**

LAISVALAIKIS

**Kas trukdo?**

1. ....

2. ....

...

**Tikslas**

1. ....

2. ....

...

**Kas padeda?**

Atlikę tikslų analizę, atsakykite į klausimus:

1. Kokios ryškiausiai išreikštos jums trukdančios asmeninės priežastys? Ar matote galimybę pastiprinti save tikslų siekime?

2. Kokią prevenciją galėtumėte taikyti galimoms išorinėms kliūtims įveikti?