

Kā palīdz karjeras konsultants?



Individuālās karjeras konsultācijas



Tematiskās grupas karjeras konsultācijas klašu stundās vai interesentu grupās



Ģimenes karjeras konsultācija (skolēns kopā ar vecāku/iem)



Dažādas vizualizēšanas metodes



Pašizpētes uzdevumi



CV, motivācijas vēstules rakstīšanas treniņš



Testi sevis izzināšanai - interešu, profesionālās piemērotības un personības izpētei



Individuālā karjeras plāna izveide



Draugu karjeras konsultācijas



Dažādu informācijas resursu izmantošanas iespējas sevis, izglītības, darba tirgus izpētei



Komunikācijas treniņš - gatavošanās pārrunām

Kas jāņem vērā, plānojot karjeru?

KO ES GRIBU

- intereses
- vērtības
- motivācija
- vēlmes

KO ES VARU

- spējas un talanti
- prasmes
- zināšanas
- personības īpašības
- profesionālā piemērotība
- veselības stāvoklis



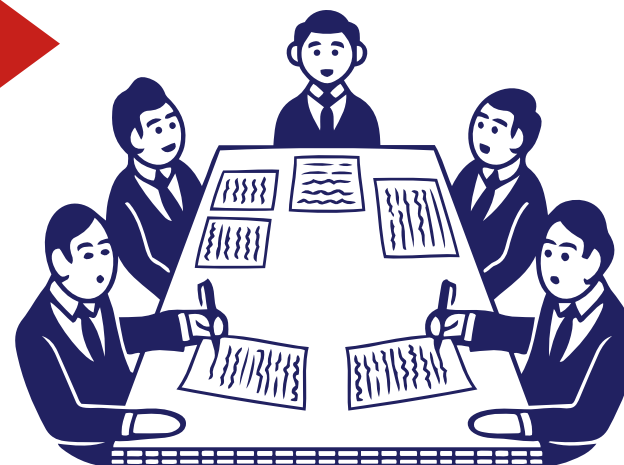
KARJERA

Karjeras plānošana

- vēlmju, spēju un iespēju samērošana
- karjeras informācijas meklēšana un analizēšana
- karjeras plāna veidošana

IZGLĪTĪBA

- padziļināto kursu komplekti vidusskolā
- augstākās izglītības sistēma
- iestāšanās noteikumi
- profesionālās kvalifikācijas



DARBA PASAULE

- profesiju saturs un daudzveidība
- darba vide un nosacījumi
- darba tirgus prognozes
- atalgojums un izaugsmes iespējas