



# Mano Karjeros Planas

9 klasė

Data: .....

Mokykla: .....

Vardas, pavardė: .....

Karjeros planas padės sutelkti dėmesį į ateities tikslus ir planus, išsiaiškinti, kokiais būdais siekti savo tikslų mokykloje, darbe ir gyvenime. Pagalvok apie asmenines savybes ir žinias, kurių tau prireiks siekiant užsibrėžtų tikslų.

## Kas aš esu?

<b>Mano šeima</b> ★ Tavo šeimos nariai	<b>Mano artimiausia aplinka</b> ★ Tave supantys artimi žmonės	<b>Kiti man svarbūs žmonės</b> ★ Įvardyk asmenis, kuriems jauti pagarbą arba norėtum tapti į juos panašus

<b>Svarbiausios mano asmenybės savybės (teigiami žodžiai, kurie apibūdina mane)</b> ★ Ryžtingas, komunikabilus, savarankiškas, drąsus, darbštus, taktiškas ir pan.	esu	nes
	esu	nes
	esu	nes
	esu	nes
	esu	nes
	esu	nes

<b>Mane dominančios profesijos</b> ★ Arba įrašyk, kokios srities veikla norėtum užsiimti suaugęs	<b>Darbas, kurį esu dirbęs</b> ★ Tavo darbinė patirtis - darbas, kurį tau kada nors yra tekę dirbti. Tai gali būti savanoriškas darbas, o gal teko dirbti apmokamą darbą ar darbą namuose...

<b>Mano interesų TOP 3</b> ★ Interesas – tai susidomėjimas kuo nors, norint tai geriau pažinti. Savo interesus galima pažinti analizuojant, kokia veikla mėgsti užsiimti mokykloje ir po pamokų, pvz.: skaityti knygas, sportuoti, muzikuoti ir pan. Pasistenk, kad tarp jų nebūtų banalių ar su fizinių poreikių tenkinimu susijusių veiklų.	1. 2. 3.

<b>Mano vertybių TOP3</b> ★ Vertybės – tai dalykai, kuriuos tu laikai ypač svarbiais ir vadovaujiesi savo gyvenime, pvz.: išmintis, sveikata, pagalba kitiems.	1. 2. 3.

<b>Mano gebėjimų TOP3</b> ★ Gebėjimai tai žinios, mokėjimai, įgūdžiai, tai ypatybės, kurios padeda sėkmingai atlikti tam tikrą veiksmą ar veiklą. Visi turi gebėjimų. Pvz., gebėjimas išklaudyti, spręsti problemas, gebėjimas planuoti, matematiniai gebėjimai – tai gebėjimai, kurie gali padėti tau mokykloje ir gyvenime.	1. 2. 3.

# Mano pasiekimai

★ Per metus pasiekei daug dalykų, kuriais gali didžiuotis:

Svarbiausi metų pasiekimai mokykloje	Kodėl man tai svarbu?
Svarbiausi metų pasiekimai asmeniniame gyvenime	Kodėl man tai svarbu?

★ Per šiuos metus tavo gyvenime buvo daug gerų ir blogų įvykių, patyrimų, kurių metu sužinojai apie save kai ką naujo: savo teigiamas savybes, įgūdžius. Kai ką išsiaiškina pats, kai ką suprasti padėjo kiti žmonės – šeima, draugai, mokytojai.

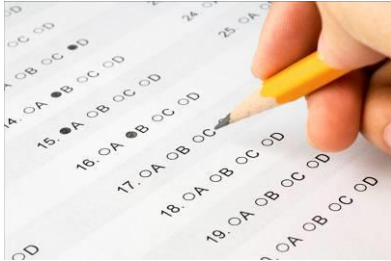
Ką naujo aš sužinojau apie save	Kaip tai keičia mano tikslus?

★ Kokios profesijos tave domina? Įvardyk, kokie gebėjimai būtų naudingi šiam darbui. Pagalvok, kaip tu galėtum tobulinti šiuos gebėjimus.

Profesijos	Asmeninės savybės, lemiančios šio darbo sėkmę	Darbui reikalingi gebėjimai <small>★ darbo komandoje, problemų sprendimo, laiko planavimo ir pan.</small>	Kaip aš juos tobulinsiu

# Mano tikslai ir 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, renkiesi mokyti tuos dalykus, kurie tau patinka, domiesi profesijomis, kurios tau aktualios, o taip pat tampi atviras įvairioms galimybėms ateityje. Jei per metus pasieksi išsikeltų tikslų, galvok apie kitus, galbūt tokius, kuriems pasiekti reikia daugiau pastangų.



- ★ Pagalvok apie mokymosi bei karjeros tikslus. Pavyzdžiui, mokymosi tikslas gali būti geras pažymiais pabaigti semestrą; karjeros tikslas – įgyti visuomeninio/savanoriško darbo patirties.
- ★ Pagalvok, kodėl tavo išsikelti tikslai yra svarbūs. Pavyzdžiui, gerai baigtas semestras padės pasiekti gerų rezultatų mokykloje; visuomeninio darbo patirtis padės įgyti reikalingų kompetencijų.
- ★ 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 trumpalaikiai tikslai	Kodėl jie svarbūs?	Įgyvendinimo data
Mano ilgalaikiai tikslai	Kodėl jie svarbūs?	Įgyvendinimo data

<b>Kad pasiekčiau savo tikslus, geriau mokysiuosi šių mokomųjų dalykų</b>
<b>Ką aš dar noriu išmokti ar praktiškai išbandyti, kad priartėčiau prie savo tikslų</b>
<b>Kokią veiklą norėčiau išbandyti</b> ★ pvz. gal padirbėti savanoriškai, kad įgyčiau naudingos patirties

★ Tam, kad pasiektum savo tikslus, tau gali prireikti kitų pagalbos, tai gali būti tavo šeimos nariai, mokytojai, draugai, karjeros konsultantai ir kiti žmonės, kuriais tu pasitiki.

Kas man gali padėti?	Kokią pagalbą gali suteikti?	Kada kreipsiuosi pagalbos?

# Mano tikslų peržiūra

★ Svarbu kasmet apmąstyti tikslus ir planus, kuriuos sau kėle. Įsivertink, kaip sekėsi pritaikyti savo įgūdžius ir žinias sėkmingai įgyvendinant pasirinktą karjeros kelią.

Peržiūradamas tai, ką esi pasirašęs savo Karjeros Plane, įtrauk naujus dalykus į kitų metų Karjeros Planą, kad galėtum pasiekti ilgalaikius savo tikslus.

Data:



Tikslai, kuriuos pasiekiau iki šiandien	Kada juos pasiekiau?

Tikslai, kurių dar nepasiekiau, bet noriu pasiekti	Priežastys, dėl kurių nepasiekiau	Kas gali padėti?

Nauji tikslai, kuriuos noriu pasiekti	Iki kada?

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