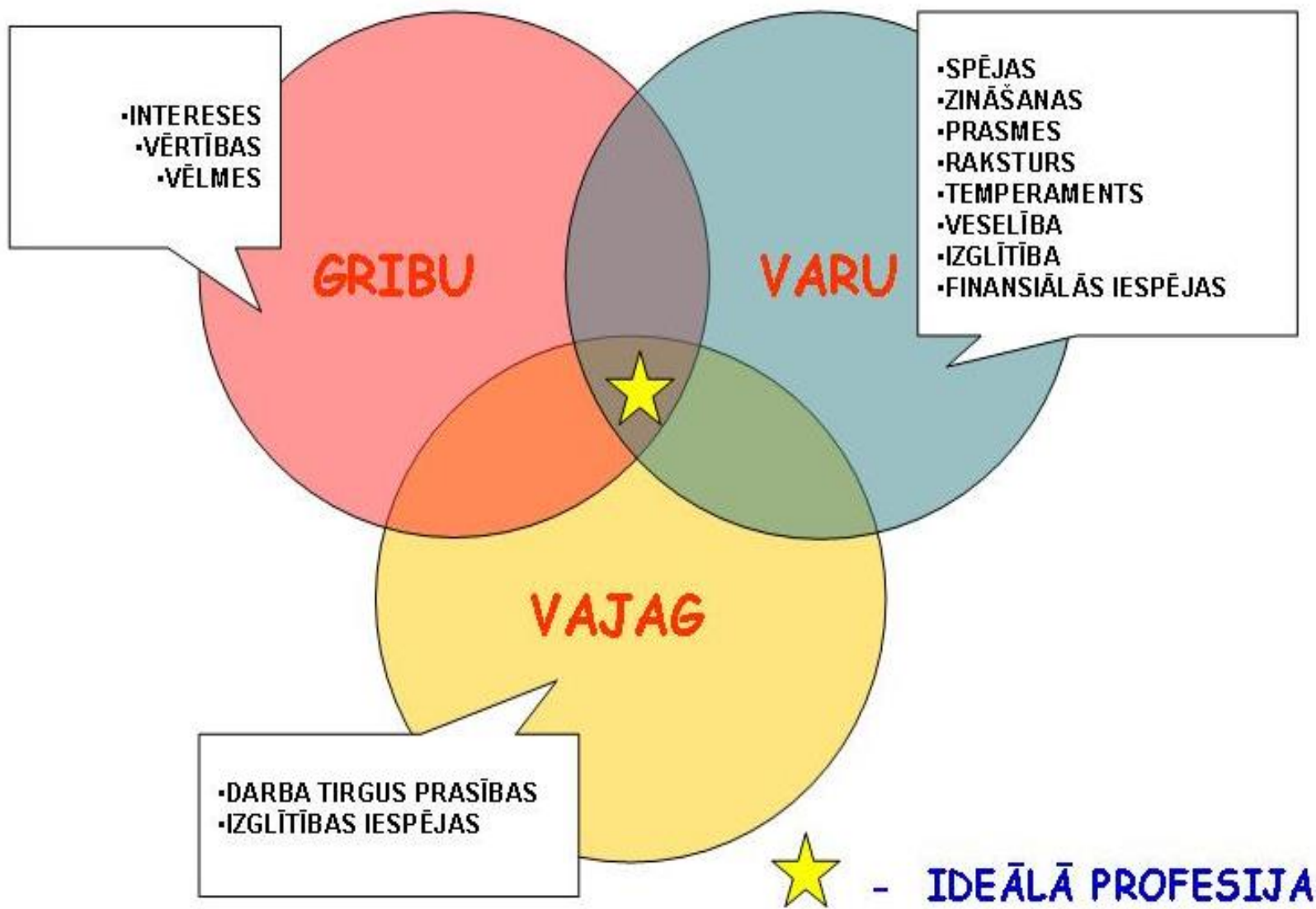




KARJERAS IZGLĪTĪBA VIDUSSKOLAS KLASĒS

Pedagoģiskās padomes sēde
27.10.2016.

Pārskatu sagatavojusi skolotāja Aina Slesare





Nepieciešamais atbalsts vidusskolēniem karjeras izglītībā

- Vecāku dzīvesveids – piemērs - (profesija, tradīcijas, attiecības ģimenē, pienākumu sadale), sociālais tīkls
- Dzīves prasmju apguve – budžeta plānošana, attieksme pret darbu
- Atbalsts mērķu izvirzīšanā, lēmuma pieņemšanas, problēmu risināšanas prasmju apguve □
- Iekšējās motivācijas attīstīšana – bērna gatavība apmierināt savas vajadzības
- Palīdzība orientēties milzīgajā informācijas apjomā

KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANAS PIEMĒRI 10.-12. KLASĒ

- **Karjeras izglītībā sasniedzamās prasmes beidzot 12. klasi, skolēns:**
 - saprot koncepciju par darba pasaules mainīgumu;
 - saskata vietējā un starptautiskā darba tirgus tendences;
 - izprot sakarības starp izmaiņām darba tirgū un sociālajiem, politiskajiem un ekonomiskajiem procesiem;
 - ir ieinteresēts attīstīt tās personiskās īpašības un iemaņas, kas ir būtiskas dažādām profesijām;
 - spēj atrast interesantu informāciju par profesijām, izglītību un mācīšanās iespējām;
 - prot izstrādāt pagaidu termiņa karjeras plānus, analizējot savas personiskās īpašības un prasmes, vērtības un panākumu kritērijus;
 - spēj sameklēt darbu un konkurēt darba tirgū; ir ieinteresēts attīstīt šīs prasmes (rakstīt CV/autobiogrāfiju/motivācijas vēstuli, meklēt informāciju par darba vakancēm, reprezentēt sevi darba intervijā u.c.); ja nepieciešams, izmanto speciālista (karjeras konsultanta, psihologa, ārsta u.c.) konsultācijas;
 - izprot savu lomu un atbildību, pieņemot lēmumus karjeras izvēlē.
 - Izprot darba meklēšanas veidus, garantijas, algota darba tiesiskās attiecības



Darba vērtības (palīdz noteikt svarīgāko darba vidē)

- **Autoritāte** - Jūs darbavietā kontrolējat citus.
- **Popularitātes statuss** - Jūs piesaistāt tūlītēju uzmanību tāpēc, ka esat labi pazīstams.
- **Konkurence** - Jūs sacenšaties darbavietā ar citiem.
- **Radošums** - Jūs izmantojat savu iztēli (fantāziju), lai radītu jaunu veidu (metodi), kā kaut ko darīt vai pateikt.
- **Elastīgs darba grafiks** - Jums ir darbs, kurā jūs izvēlaties savas darba stundas.
- **Palīdzība citiem** - Jūs nodrošināt tiešus pakalpojumus personām, kam nepieciešama palīdzība.
- **Neatkarība** - Jūs pats izlemjat, kuru darbu darīt un kā darīt.
- **Ietekme** - Jūs ietekmējat citu uzskatus un lēmumus.
- **Intelektuālie stimuli** - Jums ir darbs, kas prasa ievērojamu prāta un loģikas apjomu.
- **Darbs brīvā dabā** - Jūs gribat strādāt brīvā dabā?
- **Pārlicināšana** - Jūs pārlicināt citus uzņemties noteiktu darbību.
- **Fiziskais darbs** - Jūs strādājat darbu, kas prasa fizisko aktivitāti.

- **Prestižs** - Jums ir darbs, kas jums piešķir stāvokli (statusu) un cieņu (respektu).
- **Publiskais kontakts** - Jums ir darbs, kurā jūs katru dienu sadarbojaties ar sabiedrību.
- **Atpazīstamība** - Jums ir darbs, kurā jūs gūstat publikas uzmanību un kurš nodrošina atpazīstamību
- **Pētniecība** - Jūs pētāt un atklājat jaunus faktus un lietojat tos.
- **Paaugstināta riska darbs** - Jūsu darbs var būt saistīts ar vairākiem riskiem — fiziskiem, emocionāliem vai finansiāliem.
- **Rutīnas darbs** - Jums ir darbs, kurā jūs atkārtoti darāt vienu un to pašu.
- **Sezonas darbs** - Jūs esat nodarbināts tikai noteiktu laiku gadā.
- **Uzraudzība** - Jūs vadāt, pārzināt vai uzraugāt citu darbošanos.
- **Ceļojums** - Jūsu darbs saistīts ar biežiem, nelieliem ceļojumiem.
- **Matemātikas lietošana** - Jūs savā darbā lietojat matemātiku vai statistiku?
- **Dažādība** - Jūsu pienākumi bieži mainās.
- **Turība** - Jūs strādājat darbu, kurā varat nopelnīt daudz naudas.
- **Darbs ar bērniem** - Jūsu darbs ir bērnu mācīšana vai rūpes par viņiem.
- **Roku darbs** - Jūs strādājat ar rokām vai rokas instrumentiem.
- **Darbs ar mašīnām** - Jūs lietojat mašīnas vai citas iekārtas

Daži ieteikumi vecākiem, kā palīdzēt savam bērnam karjeras izvēlē?

- uzklausiet idejas, kuras jūsu bērns izsaka par tālāko dzīvi pēc skolas beigšanas,
- ievadiet sarunas par informāciju, kas ir saistīta ar darbu un karjeras izvēli,
- kopīgi izlasiet tos materiālus par karjeras izvēli, kurus jūsu bērns ir ieguvis,
- runājiet par “lietām”, ko jūsu bērns vēlas mācīties un apgūt,
- palīdziet bērnam saprast, kurā izglītības pakāpē viņš atrodas patlaban un kāda varētu būt viņa tālākā izvēle izglītības jomā,
- interesējieties, ar ko jūsu bērns nodarbojas ārpus skolas,
- palīdziet bērnam rast iespēju iegūt nedaudz darba pieredzes,
- piedalieties skolas vecāku sapulcēs, kuru tēma ir karjeras izvēle,
- apkopojiet jaunāko informāciju par karjeras izvēli un iespējām,
- ielūkojieties dažās no ieteiktajām mājas lapām,
- palīdziet savam bērnam noskaidrot, cik labi viņš pazīst pats sevi: savu raksturu, intereses, prasmes,
- padalieties pieredzē par savu karjeras izvēles ceļu,
- neuzspiediet bērnam izvēlēties tādu karjeru, par kādu sapņojāt jūs paši,
- atgādiniet savam bērnam, ka nepieciešams pārdomāt vairākas iespējas,
- nepieciešamības gadījumā aprunājieties ar karjeras konsultantu skolā vai ārpus skolas.

Atbalsta sistēma izglītojamajiem karjeras izglītības jomā

- Izglītojamo izpēte
- Tematiskās klases audzināšanas stundas
- Tikšanās ar ievērojamiem cilvēkiem un skolas absolventiem
- Individuālās konsultācijas skolā ar karjeras izglītības speciālistu
- Pārrunas, projekti „Manu vecāku profesijas”
- Tematiskās ekskursijas
- Skolēnu konsultēšana, ko veic karjeras speciālists
- Informācijas saņemšana par studentu kreditēšanas fondiem, stipendijām
- Informācijas saņemšana par augstskolu akreditētām programmām
- Dažādu profesiju pārstāvju uzaicināšana skolā
- Vecāku sapulces, lai sniegtu informāciju par tālākizglītību
- Ēnošana, mācību iestāžu izstādes Ķīpsalā “Skola - ...” apmeklēšana
- Iespēja iepazīties ar skolas absolventu tālākizglītību
- Iespēja izmantot Interneta materiālus, pētīt profesiju aprakstus
- “Atvērto durvju dienas” dažāda līmeņa mācību iestādēs



Testi ir pieejami portālā **Prakse.lv** – sadaļā **Karjeras testi**.

Testus iespējams aizpildīt vairākkārtīgi!

Kā rekomendē Latvijas Universitātes psihologi, testu katram vēlams aizpildīt vismaz reizi pusgadā, lai redzētu izmaiņas un pilnveidošanās rezultātus. Ir pieejams sešu testu komplekss:

- Lēmumu pieņemšana.
- Darba vide.
- Studiju izvēle.
- Dotumu izpēte.
- Veselība profesijā.
- Veselīgas kvalitāte.



JA PROFESIJAS IZVĒLE IR RADĪJUSI PROBLĒMAS...

- aptuveni 1/5 jauniešu pamet studijas vai maina studiju virzienu pirmā mācību gada laikā, jo saprot, ka izvēlētajā joma/profesija nav viņiem atbilstoša un viņi tajā nespēs sevi realizēt.
- Pietiekami daudz ir arī to jauniešu, kas šādas studijas pabeidz un pēc tam nav pietiekami motivēti strādāt izvēlētajā profesijā.
- Lielākā daļa jauniešu par karjeras izvēli sākt domāt 12.klases beigās vai pēc gala eksāmeniem, turklāt tikai trešdaļa jauniešu izvērtē savas stiprās puses un to, kurā nozarē vai profesijā tās vislabāk var izmantot.
- Rezultātā nepareiza profesijas izvēle noved pie bezdarbnieku rindu papildināšanas vai aizbraukšanu darba meklējumos uz ārzemēm.

KARJERAS ATBALSTA ĪSTENOŠANĀ IESAISTĪTIE



DARBA IESPĒJAS ĀRZEMĒS

Darbam ārzemēs nepieciešams:

- atbilstoša izglītība un kvalifikācija,
- iespējami pilnīga informācija par valsti, tur pastāvošajiem likumiem, ierobežojumiem, sadzīves normām utt.,
- valodas prasmes,
- iespējami pilnīga informācija par darba devēju un darba vietu,
- dzīves apstākļu nodrošinājums,
- iespējas tikties ar tautiešiem.

Pirms doties projām no Latvijas, izvērtē:

- savu situāciju un iespējas Latvijā,
- situāciju valstī, uz kuru esi nolēmis doties,
- vai tavi izglītības un kvalifikāciju apstiprinošie dokumenti ir atbilstoši,
- vai iegūtā informācija par darba devēju ir pietiekoša, lai tu justos droši,
- vai esi pārbaudījis tavā rīcībā esošo informāciju.



PALDIES PAR UZMANĪBU!