

Atbalsts karjerai

Kas ir karjera?

Karjera - personības izaugsme visas dzīves garumā.

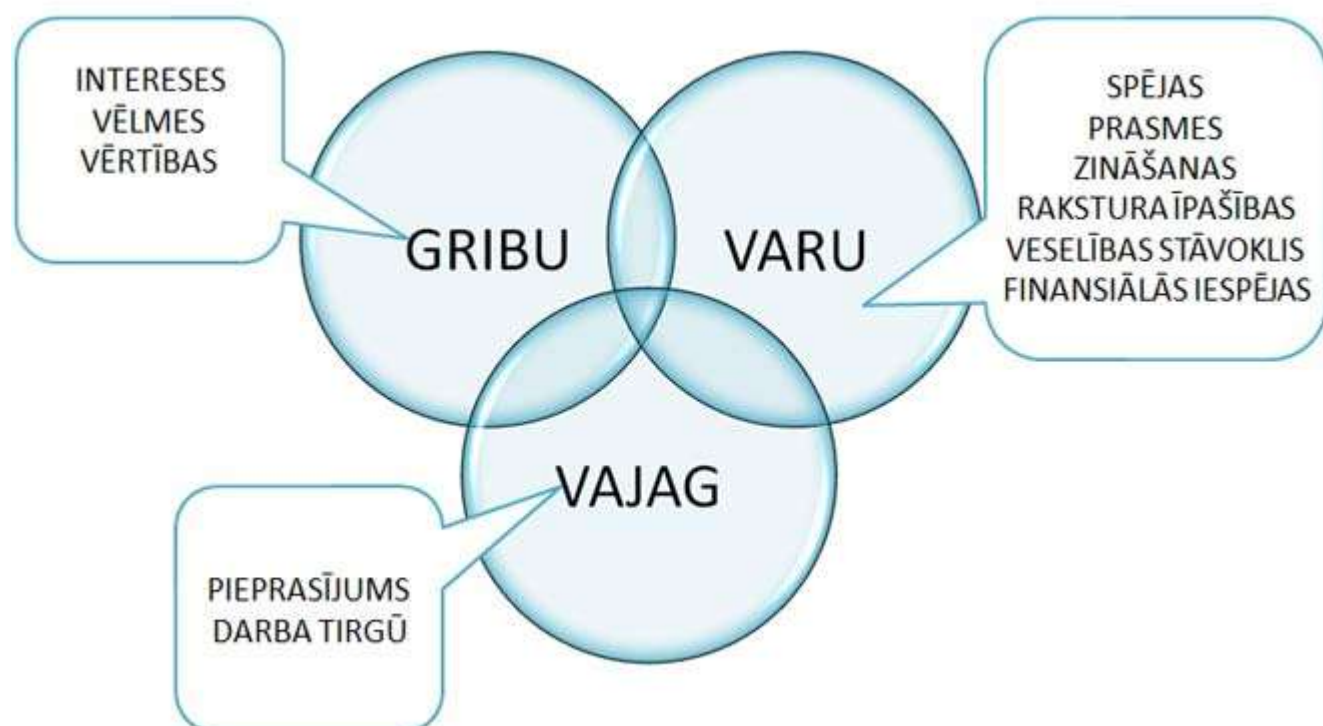
Karjeras izglītība – mācīties apgūt un attīstīt prasmes savu interešu, spēju un iespēju samērošanā, savu karjeras mērķu izvirzīšanā un karjeras vadīšanā, apkopot zināšanas un izpratni par darba pasauli, tās saikni ar izglītību, par karjeras plānošanu un attīstīšanu visa mūža garumā.

Kā izvēlēties nākotnes profesiju?

Izvēloties savas profesionālās karjeras virzienu, jāņem vērā trīs būtiskas lietas:

- lai darbs, ko Tu darītu, būtu Tev interesants un saistošs,
- lai darbs, ko Tu darītu, atbilstu Tavām spējām,
- lai Tu varētu atrast darbu šajā profesijā.

Kāda informācija nepieciešama, lai plānotu savu karjeru



Ko darba devējs no manis sagaida?

Darba tirgū augstu tiek vērtētas dažādas prasmes, ko var pilnveidot jau mācību procesā Profesionālās izglītības kompetences centrā „Rīgas Tehniskā koledža”:

- izglītības līmenis;
- valodu zināšanas – neaizmirsti arī par latviešu valodas prasmi;
- datorprasmes;
- saskarsmes prasmes – prasme sadarboties un strādāt komandā;
- prasme prezentēt sevi (CV, motivācijas vēstule, darba intervija);
- autovadīšanas prasme.

Kā es pilnveidošos mācību procesa laikā?

Mācību procesa laikā apgūšu:

- **vispārizglītojošos mācību priekšmetus**, lai varu iegūt vidējo izglītību un attīstīties kā personība;
- **profesionālos mācību priekšmetus**, lai apgūtu pamatzināšanas un pamatprasmes izvēlētajā profesijā;
- **iziešu mācību un kvalifikācijas praksi**, lai iemācītos pielietot apgūtās zināšanas un prasmes reālā darba vidē;
- nokārtošu centralizētos eksāmenus un profesionālās kvalifikācijas eksāmenu un iegūšu **Diplomu par profesionālo vidējo izglītību**

Mācību procesa laikā man ir iespēja sevi pierādīt:

- **vispārizglītojošo mācību priekšmetu olimpiādēs un konkursos** – piem., skatuves runas konkurss, biznesa plānu konkurss;
- **profesionālajos mācību priekšmetu konkursos:**
 - **izglītības programmu organizētajos profesionālajos konkursos;**
 - **konkursā «Profs» – darba likumdošanā un darba aizsardzībā.**

Profesionālās izglītības kompetences centrā „Rīgas Tehniskā koledža” mācību procesa laikā būs iespēja:

- dodies ekskursijās uz uzņēmumiem;
- iztaujāt darba devējus;
- iepazīties ar absolventiem – katras profesijas pārstāvjiem – un uzdot viņiem jautājumus.

Kā es vēl varu pilnveidot sevi?

- iesaistoties Profesionālās izglītības kompetences centra „Rīgas Tehniskā koledža” pašpārvaldes darbā;
- iesaistoties ārpusstundu un sporta pasākumos;
- apgūstot jaunas prasmes tālākizglītībasursos.

Kur un kā iegūt informāciju par profesiju vai tālākajām izglītības iespējām sevis pilnveidošanai?

- Profesionālās izglītības kompetences centra „Rīgas Tehniskā koledža” bibliotēkā - grāmatās (piem., “Profesiju aprakstu katalogs”) un preses izdevumos (piem., “Diena”, “Dienas bizness)
- Internetā:
www.profesijupasaule.lv
www.niid.lv
www.nva.gov.lv
www.karjera.lu.lv
- izglītības iespēju vai darba sludinājumu datubāzes;
- izglītības iestāžu mājaslapās, twitter, facebook profilos;
- jauniešu un nevalstisko organizāciju mājaslapās;
- uzņēmumu vai profesionālo asociāciju mājaslapās u.c.;
- pie grupas audzinātāja;
- Profesionālās izglītības kompetences centra „Rīgas Tehniskā koledža” tālākizglītības nodaļā.

Kā es vēl varu pilnveidot sevi?

- Iesaistoties Profesionālās izglītības kompetences centra „Rīgas Tehniskā koledža” īstenotajos projektos –
 - pilnveidot prasmes izvēlētajā profesijā praksē ārpus Latvijas;
 - pilnveidot svešvalodu zināšanas;
 - attīstīt uzņēmējdarbības prasmes;
 - pilnveidot prasmes darbā ar IT;
 - iepazīt darba tirgu un darba vietas;
 - piedalīties darba intervijās;
 - iepazīt jauniešu brīvā laika pavadīšanas iespējas citās ES valstīs u.c.

Kādas ir vēl manas iespējas pilnveidoties?

- iesaistoties brīvprātīgajā darbā;
- ēnu dienās ēnojot profesiju pārstāvjus;
- intervējot profesionāļus;
- izpētot informāciju uz vietas – izstādē „Skola”, atvērto durvju dienās, u.c.

Kas man jādara?

Veido savu Portfolio – darba mapi kā savas izaugsmes rādītāju, kā labāko darbu apkopojumu, lai prezentētu savu darbu:

1. tā ir sistemātiska materiālu apkopošana;
2. tas ir labs analīzes un plānošanas rīks turpmākajai profesionālajai attīstībai;
3. nākamajam darba devējam tā ir iespēja iepazīties ar paveikto, apgūtajām prasmēm;
4. tas ir labs resurss, lai iepazīstinātu ar savu darbu citus.

- Savā PORTFOLIO ievieto:
 - materiālus, kas atspoguļo tavas personības attīstību – intereses, vērtības, testi, izpētes materiāli;
 - materiālus, kas apliecina darba pieredzi (prakses materiālus), brīvprātīgo darbu;
 - materiālus, kas apliecina tavas prasmes, iesaistoties sabiedriskās aktivitātēs, publiskās uzstāšanās, datorprasmes;
 - mācību sasniegumus;
 - karjeras plāns (mērķi, soļi tā sasniegšanai)
 - CV;
 - motivācijas vēstuli.

Izveido savu CV un regulāri to papildini. CV jāatbilst šādām prasībām:

- tam jābūt īsam, pārskatāmam uzsverot galvenos punktus;
- norādīts mērķis un īss apraksts, norādot galvenās priekšrocības, kas apgūtas pieredzes laikā un ko var piedāvāt darba devējam;
- atspoguļota iepriekšējā pieredze, minot konkrētus uzdevumus un sasniegtos rezultātus.
- Dažādi darba piedāvājumu portāli ir ievietojuši jau gatavus CV paraugus – piemēram - www.cv.lv;
- Eiropass - iespēja elektroniski izveidot savu CV <https://europass.cedefop.europa.eu/lv/documents/curriculum-vitae/templates-instructions>

Iemācies rakstīt motivācijas vēstuli

- Kas jāievēro, rakstot motivācijas vēstuli:
 - veids, kādā tā ir noformēta - ja tas izdarīts glīti un akurāti, izceļot svarīgāko vai sadalot informāciju pa punktiem, vēstule ir pārskatāma un saistoša;
 - vēstules augšējā daļā nepieciešams norādīt savu kontaktinformāciju (vārds, uzvārds, tālrunis, adrese, e-pasts);
 - motivācijas vēstulei jābūt skaidrai un īsai. Tajā nedrīkst gari izplūst, rakstot to uz vairākām lapām.

Ko es varu darīt pēc Profesionālās izglītības kompetences centra „Rīgas Tehniskā koledža” beigšanas?

- Turpināt izglītību augstākās izglītības iestādēs.
- Apgūt papildu zināšanas un prasmes dažādos tālākizglītībasursos.
- Uzsākt darba gaitas un pēc gada turpināt (līdz 29 gadu vecumam) iegūt citu profesionālo kvalifikāciju ES finansētā grupā.
- Turpināt darba gaitas un paralēli iegūt augstāko izglītību.

Izglītības un pieredzes iegūšanas iespējas ārvalstīs:

- Eiropas Jaunatnes portāls
<http://europa.eu/youth>
- Jaunatnes starptautisko programmu aģentūra
www.jaunatne.gov.lv
- brauktvainebraukt.lv

Informatīvie resursi internetā IZGLĪTĪBAS JOMĀ

- Nacionālās izglītības iespēju datu bāze www.NIID.LV
- Portāls «Profesiju pasaule» www.profesijupasaule.lv
- Izglītības iestāžu mājas lapas, piemēram, www.karjera.lu.lv
- Nodarbinātības valsts aģentūra www.nva.gov.lv
- privātie personāla atlases uzņēmumi
www.cv.lv; www.workingday.lv
- uzņēmumu un profesionālās asociāciju
mājas lapas, profesionāļu forums