



Kui ma ei tee karjääriplane, siis juhtub:.....; ei juhtu.....!  
 Kui ma teen karjääriplane, siis juhtub:.....; ei juhtu.....!

## RONGIGA VÕI AUTOGA?

Karjääriplaneerimine kui elukestev protsess

### Tööleht „MÄLUPULK“

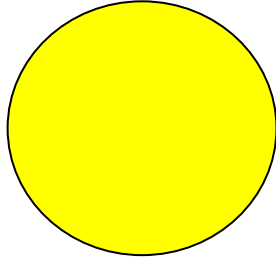
	
<p style="text-align: center;"><b>1.  Kuidas olen valmis?</b></p> <p>Kas Sul on „kindel lõppjaam“ - valmis otsus?        .....</p> <p>Kas Sa tead „vahepeatusi“ – millises koolis saad õppida seda eriala?        .....</p> <p>Kas oled mõelnud sobivale töökohale?        .....</p>	<p><b>Karjääriplaneerimine kitsamas mõttes</b>        on isikliku karjääri kavandamine ühe asutuse või elukutse raames.</p> <p><b>Karjääriplaneerimine laiemas mõttes</b>        on kestev protsess, mis on suunatud enese ettevalmistamisele elukutsevalikuks, töötleminekuks või muutuste tegemiseks oma elus.</p>
<p style="text-align: center;"><b>2.  Vaatan peeglisse:</b></p> <p>Mulle iseloomulikud omadused .....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Minu võimed .....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Oma temperamenditüübilt olen .....</p> <p>.....</p>	<p><b>Iseloomuomadused</b>        on võrdlemisi püsivad käitumise, mõtlemise või tunnete erinevused (endasse, teistesse ja töösse suhtumine)</p> <p><b>Võimed</b> eeldused teadmiste, oskuste ja vilumuste omandamiseks, mis arenevad ja avalduvad tegevuses (sõnalised, numbrilised, kujundilised, kehalsed, muusikalised, suhtlemisalased, enesetunnetamisalased, loovus)</p> <p><b>Temperament</b>        põhineb inimese närvisüsteemi tüübil ja avaldub tema käitumises ja väljendusliigutustes (ekstravertne, introvertne; stabiilne, ebastabiilne; koleerik, sangviinik, flegmaatik, melanhoolik)</p>



<p style="text-align: center;"><b>3.  Vaatan kohvrise</b></p> <p><u>Teele on mul kaasa võtta:</u></p> <p>Oskused .....</p> <p>Kogemused .....</p> <p>Haridus .....</p> <p>Huvid .....</p>	<p><b><u>Oskused</u></b> on teadmistel ja vilumustel põhinev tegevuste edukas sooritamine erinevates tingimustes. Üldoskused (ülekantavad/siirdeoskused) – nt suhtlemis-, kohanemisorganiseerimis-, arvuti-oskus. Erioskused/spetsiifilised – nt programmeerimine, autoremontimine, õmblemine</p> <p><b><u>Kogemused</u></b> (eelnevast tegevusest nt. vabatahtlikuna, õpilasorganisatsioonides, tööalased jms)</p> <p><b><u>Haridus</u></b> (koolid, kursused, mis on lõpetatud või lõpetamisel)</p> <p><b><u>Huvid</u></b> - aktiivne valiv suhtumine midagi teada saada või teha (vaimsed, materiaalsed, sotsiaalsed)</p>
<p style="text-align: center;"><b>4.  Minu infopank</b></p> <p>Mida pean teadma?</p> <p>Kust <u>mina</u> saan infot otsida?</p>	<p>Infot võib otsida: raamatutest ja teatmekirjandusest haridusmessidelt, nt Teeviit, Intellektika, Suunaja, Orientiir, Lingid tulevikku!, Mul on mõte! jt Internetist, nt <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a> Töötukassa infotoast teavitamis- ja nõustamiskeskustest, Karjäärkohvikust, konverentsidelt, seminaridelt, infopäevadelt konkursidelt, veel aitavad: trükised, plakatid, flaietid, voldikud, infostendid, erilehed, raamatukogud, koolide kodulehed, <a href="http://ploteus.net">ploteus.net</a>, <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a></p>



5.  **Karjääripäike**



Mis oli,  
mis on,  
mis tuleb.

6.  **Minu elu raamat**

.....

Kirjutatud peatükid



Kirjutamata peatükid

**Kirjutatud peatükid** – millised sündmused on avaldanud minu senisele elule mõju – mida olen sellest õppinud?

**Kirjutamata peatükid** – tähised minu tulevikus.

Ole loominguline – vanasõna, luule- või laulurida, vahva metafoor, joonis jne☺



<p style="text-align: center;"> <b><u>7. Karjääriplan</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>■ Kaugem eesmärk</li><li>■ Lähim õpiplan</li><li>■ Minu väärtused</li><li>■ Minu oskused</li><li>■ Minu võimed</li><li>■ Minu huvid</li><li>■ Ametid ja elukutsed, mis mind huvitavad</li><li>■ Takistused eriala valimisel/kooli sisse saamisel</li><li>■ Tegutsemine - põhivalik, varuvariant</li></ul>	<p><u>Kaugem eesmärk</u> – tuleviku amet, aga ka kodu, pere, hobid jms. <u>Lähim õpiplan</u> - koolid, kust oma eesmärgi saavutamiseks vajaliku hariduse ja elukutse saad. <u>Väärtused, oskused, võimed, huvid</u> eelnevate analüüside põhjal. <u>Takistused</u> nt. senised õpitulemused, majanduslikud põhjused jms. <u>Tegutsemine</u> - kui esimene valik ei õnnestu kohe, siis variandid veel on.</p>
<p style="text-align: center;"> <b><u>8. Mulle kõige lähem spetsialist asub:</u></b></p> <p>Karjäärikoordinaator</p> <p>Karjäärinõustaja</p> <p>Karjääriinfo spetsialist</p>	<p><b><u>Sind aitab</u></b> Karjäärikoordinaator, karjäärinõustaja, karjääriinfo spetsialist</p> <p><b><u>Internet:</u></b> <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a> Nt. Rajaleidja – noorele – kelleks saada?</p>