

# **“KARJERAS IZGLĪTĪBA UN KĀ PAR TO RUNĀT AR JAUNIETI”**

## **Seminārs pedagogiem, karjeras konsultantiem un jaunatnes lietu speciālistiem**

---

Semināru vada: Jauniešu karjeras attīstības programmas “Start Strong” autori  
Solvita Jirgensone, Andris Arhomkins

### **1. diena**

10:00 – 10:30 – Ievads un iepazīšanās. Karjeras izglītība un tās nozīme. Jauniešu bezdarbs un, kādēļ tas rodas. Kāpēc darba devējs neizvēlas jaunieci? Vai pieredzes trūkums ir vienīgais šķērslis? Darba devēju un jauniešu viedokļi.

10:30 – 11:30 – Ar ko sākt diskusiju par karjeras izvēli? Kur esmu tagad un, kur vēlos nokļūt. Punkts A un B. Mērķu izvirzīšana, virzīšanās uz tiem, iespējamie šķēršļi un strupceļš, kā no tā izvairīties. Jā un /jā bet - atšķirīgās pieejas. Divi draugi jeb neiekrīti naudas slazdā.

#### ***11:30 – 11:45 - Kafijas pauze***

11:45 – 12:30 – Kā virzīties uz priekšu. Tehnika „Laiva”. Pakāpieni ceļā uz savu mērķi. Mana izvēle=Attīstība vai stagnācija. Tehnika “Upes”. Būt par darba ņēmēju vai darba devēju- ko izvēlēties (plūsi un mīnusi). Uzņēmējdarbība vai karjera (kāpjam kalnā).

12:30 – 13:00 – Vingrinājums “Mana laimīgā diena”. Es un mani talanti un, kā tos izmantot savā labā. Mana talantu lapa. Networking spēle “Bingo”.

#### ***13:00 - 14:00 - Pusdienu pārtraukums***

14:00 - 15:00 – “Karjeras izglītība ASV”, lektors: Naphtali Rivkin (Lee University, Cleveland, Tennessee), nodarbība angļu valodā ar tulkojumu.

15:00 – 16:00 - Kā lasīt darba sludinājumu jeb par ko domā darba devējs sastādot sludinājumu. Pirmie soļi uz jūsu sapņu darbu: kā meklēt iespējas, kur meklēt, ar ko sākt. Meklēšanas loki.

#### ***16:00 - 16:15 - Kafijas pauze***

16:15 - 17:00 - Rakstām CV un pieteikuma (motivācijas) vēstuli- teorija un prakse. Darba devēju ieteikumi. Europass CV- par un pret. Jautājumi un atbildes.

17:00 – Dienas kopsavilkums. Diskusija. Jautājumi un atbildes.

## 2. diena

10:00 – 10:40 – Darba intervija (video). Nāc ar dāvanu! Ko no darbinieka patiesībā grib darba devējs. Kā pārvarēt uztraukumu. Kā runāt ar darba devēju. Sevis prezentēšana – prakse.

10:40 - 11:40 - Izskats un etiķete. Pirmais iespaids. Darba interviju uguns kristības. Darba interviju veidi, scenāriji, labais/sliktais policists, neērtie jautājumi un kā ar tiem tikt galā, izplatītākās kļūdas. Kā iziet no neērtas situācijas.

### *11:40 – 11:55 - Kafijas pauze*

11:55 – 13:00 – Praktiskās darba intervijas. Darba intervijas. Diskusija. Jautājumi un atbildes.

### *13:00 - 14:00 - Pusdienu pārtraukums*

14:00 - 15:00 – Manas pēdas internetā. Sociālie mediji un kā ar tiem draudzēties. Piemēri.

15:00 – 16:00 – Gribu būt uzņēmējs! Kas ir uzņēmējdarbība un, kā par to runāt. Diskusija. Jautājumi un atbildes.

### *16:00 - 16:15 - Kafijas pauze*

16:15 – 17:00 – Ko tālāk? Ar ko sākt? Dienas kopsavilkums. Diskusija. Jautājumi un atbildes.