

# TAVA IZVĒLE – TAS ESI TU PATS!



Līdzfinansē  
Eiropas Savienība



# KARJERAS SPĒLE

**IEDVESMAI:** Katru dienu mēs izdarām izvēles, kas veido mūsu nākotni, un pat vismazākie lēmumi var ievērojami ietekmēt mūsu ceļu. Izvēles ir neatņemama dzīves sastāvdaļa, kas ietekmē gan to, ko mēs aktīvi cenšamies sasniegt, gan to, no kā izvēlamies izvairīties. Uzticēšanās savām vērtībām bieži vien ir labākais ceļš, pat ja tas ir grūts. Lai gan mēs nevaram paredzēt visu, mūsu pieņemtie lēmumi nosaka, kā mēs saskarsimies ar izaicinājumiem. Svarīgas izvēles bieži prasa laiku un pārdomas, un kļūdišanās ir dabiska mācīšanās procesa daļa. Lai gan lēmumu pieņemšana var būt izaicinoša, tā dod mums iespēju veidot savu dzīvi saskaņā ar mūsu vēlmēm, stiprajām pusēm un spējām, vērtībām un interesēm.

**MĒRKIS:** Palīdzēt jauniešiem saprast, kā viņu intereses un vērtības ietekmē lēmumu pieņemšanu un profesijas izvēli. Spēle paredzēta profesionāļiem, kas darbojas karjeras izglītībā – karjeras konsultantiem, tostarp pedagogiem, jaunatnes darbiniekiem, psihologiem, speciālajiem pedagogiem, mentoriem un citiem interesentiem.

**MĒRĶAUDITORIJA:** Spēle kā karjeras atbalsta rīks ir piemērots prof. un vispārējās izglītības iestāžu jauniešiem, pieaugušo izglītībā studējošajiem, kā arī jauniešiem ar mācīšanās un dzirdes traucējumiem. Papildus to var izmantot kā “ledus laužēju” karjeras konsultanta darbā ar grupām.



Līdzfinansē  
Eiropas Savienība

Rīgas Valsts tehnikums koordinē Erasmus+ programmas  
Mazo partnerību profesionālajā izglītībā un apmācībā projektu  
“Rīki un tehnoloģijas labākai profesijas izvēlei”  
Eiropas Savienības Erasmus+ programmas līdzfinansēts projekts

**APRAKSTS:** Spēle sastāv no 27 lapām, katrā no tām ir doti divi atšķirīgi vārdi. Jauniešiem jāizvēlas vārds, kas izraisa lielāku rezonansi uz viņiem, vairāk atbilst viņu interesēm un atspoguļo viņu vērtības. Spēli var izmantot individuālās karjeras konsultanta diskusijās ar jauniešiem vai grupās. Lai to izmantotu grupā, vispirms dalībnieki jāsadala divās grupās un jānovelk redzama vai iztēles līnija starp tām. Vadītājs pa vienam nosauc vienu pret otru vērstus vārdu pārus. No katra vārdu pāra dalībnieki izvēlas vārdu, kas vairāk rezonē uz viņiem, atbilst viņu interesēm un atspoguļo viņu vērtības, pēc tam dalībnieki maina grupas atbilstoši savai izvēlei.

**REZULTĀTS:** Diskusiju rezultātā ir noskaidrotas jauniešu vēlmes, stiprās puses un spējas, intereses, vērtības un vadītājs var palīdzēt jauniešiem veikt profesijas izvēli. Svarīgākais ir process – diskusijas, kas izriet no izdarītajām izvēlēm un vadītāja (karjeras konsultanta) sniegtajiem ieteikumiem par karjeras izvēli.

Eiropas Savienības finansēts. Paustie viedokļi un uzskati atspoguļo autora(-u) personīgos uzskatus un ne vienmēr sakrīt ar Eiropas Savienības vai Eiropas Izglītības un kultūras izpildaģentūras (EACEA) viedokli. Ne Eiropas Savienība, ne EACEA nenes atbildību par paustajiem uzskatiem.

## NORĀDĪJUMI:

- Iedrošiniet dalībniekus pārdomāt savas izvēles un saistīt tās ar karjeras virzību!
- Ja dalībnieks nejūt spēcīgu piesaisti nevienam no vārdiem un nevēlas izdarīt izvēli, vadītājam nevajadzētu piespiest to darīt. Tā vietā vadītājs var ierosināt jaunieši apsvērt, ko viņš varētu izvēlēties, ja tas nebūtu saistīts ar viņa karjeras virzienu.
- Spēle noslēdzas ar pozitīvu novērtējumu, piemēram, uzslavām, aplausiem vai citu rezultātu (pēc vadītāja ieskatiem).
- Spēli var pielāgot vadītāja kompetencei un radošumam, ļaujot elastīgi izmantot noteikumus.

Karjeras atbalsta rīku izstrādāja Solveiga Keistere, Rīgas Valsts tehnikuma karjeras konsultante, sadarbībā ar projekta partneriem.

Karjeras atbalsta rīku izgatavoja Rīgas Valsts tehnikuma Drukas un mediju tehnoloģiju nodaļa.

**ŠREKS**

**ZIRNEKĻCILVĒKS**

**OPTIMISTS**

**REĀLISTS**

**KUĢIS**

**LIDMAŠĪNA**

**FILMA**

**GRĀMATA**

**TIK-TOK**

**VIDEOSPÈLES**



**İSZİNA**

**TELEFONZVANS**

**TRADĪCIJAS**

**DIGITALIZĀCIJA**

**HOBIIJS**

**MIEGS**

**MĀJAS**

**CEĻOŠANA**

**DRAUGI**

**ŪIMENE**

**ÇIMENE**

**KARJERA**

**TALANTS**

**DARBS**

**RADOŠUMS**

**LOĢIKA**



**IZGLİTİBA**

**SAKARI**

**KOMANDA**

**LĪDERIS**

**SABIEDRĪBA**

**KLUSUMS**

**VARA**

**SLAVA**

**PROCESS**

**REZULTĀTS**

**NAUDA**

**DĀVANA**

**TAUPĪBA**

**IZŠĶĒRDĪBA**

**IZAICINĀJUMS**

**RUTĪNA**



**KONTROLE**

**BRĪVĪBA**

**DROŠĪBA**

**NEATKARĪBA**

**MIERS**

**EMOCIJAS**

**VEIKSME**

**MĒRĶIS**

**MĪLESTĪBA**

**PIEDZĪVOJUMI**

**SUPERSPĚJA**

**NEMIRSTĪBA**