

Karjääri kujundamise oskused

Hinda enda karjääri kujundamise oskusi! Märki iga oskuse juurde sobiv number. Hoia tööleht alles ja hinda oma oskusi uuesti peale õpiobjekti läbimist. 1- oskus on vähene 2- oskus on hea 3- väga heal tasemel oskus	Praegu	Peale õpi-objekti läbimist
ENESETEADLIKKUS		
Tunnen oma võimeid, iseloomuomadusi ja käitumisviise.		
Tean, millised oskused aitavad mul hakkama saada erinevates olukordades.		
Tean oma väärtusi: mida pean tähtsaks, milles olen veendunud, millele toetun.		
Pean oluliseks uute oskuste omandamist.		
Mõistan enda vastutust isikliku elu- ja karjääri kujundamisel.		
Usun endasse ja tean, kuidas teadlikult kujundada positiivset enesehinnangut.		
VÕIMALUSTE ANALÜÜS		
Mõistan, kuidas erinevates eluvaldkondades toimuvad muutused mõjutavad minu elu.		
Tean, millised on töövõimalused minu õpitavas valdkonnas täna ja tulevikus.		
Pean oluliseks oma tööga väärtuste loomist endale ja ühiskonnale.		
Saan aru, kuidas haridus ja oskused mõjutavad minu konkurentsivõimet tööturul.		
Oskan põhjendada oma valikuid seoses töökoha, täiend- või ümberõppega.		
Tean, kust leida usaldusväärset infot ametite, töökohtade ja õppimisvõimaluste kohta.		
PLANEERIMINE		
Olen teadlik oma isiklikest vajadustest, väärtustest ja sihtidest elus.		
Tean, millega pean oma tööga ja õppimisega seotud valikutes arvestama.		
Mul on läbi mõeldud mitu plaani õpingute ja töö käigus omandatud teadmiste, oskuste ning kogemuste rakendamiseks töömaailmas.		
Oskan hoida tasakaalus töö- ja eraelu.		
Jälgin enda oskuste arengut õpingute vältel ja töö käigus.		
Tean, milline on järgmine samm enda eesmärkide saavutamisel ja millal selle astun.		
TEGUTSEMINE		
Tean oma õigusi ja kohustusi nii töötaja kui tööandjana.		
Oskan suhestada ennast erinevate rollidega ettevõttes.		
Suudan tulemuslikult lahendada probleeme kaasates vajadusel teisi inimesi.		
Oskan kandideerimisel võrrelda enda vastavust konkursil esitatud nõuetele.		
Koostan kandideerimiseks vajalikud dokumendid, tuues esile enda eeldused ja sobivuse tõendajad konkreetsele ametikohale. Oskan argumenteeritult ennast esitleda.		
Tean, kelle poole pöörduda karjääriga seotud küsimustes nõu või abi saamiseks		