

# KOMPETENCIJŲ ĮSIVERTINIMAS IR KARJEROS PLANAVIMAS

## 1. Programos trukmė (akademiųjų val. skaičius)

10 val.

## 2. Mokymų vykdymo vieta

Šiaulių valstybinė kolegija, Aušros al. 40, Šiauliai

## 3. Programos aprašymas (aktualumas, reikalingumas)

Šie kursai skirta padėti dalyviams įsivertinti savo profesines ir asmenines kompetencijas bei parengti kryptingą karjeros planą, atsižvelgiant į asmeninius tikslus, darbo rinkos poreikius ir profesinio tobulėjimo galimybes. Programos metu dalyviai įgis teorinių žinių ir praktinių įgūdžių, reikalingų sėkmingai valdyti savo karjerą bei efektyviai planuoti profesinius žingsnius. Mokymų metu taikomi interaktyvūs metodai, siekiant užtikrinti dalyvių įsitraukimą ir aktyvų dalyvavimą. Naudojami individualūs ir grupiniai praktiniai užsiėmimai, diskusijos, simuliacijos, testai bei savarankiško darbo užduotys.

## 4. Programos tikslas

Padėti kursų dalyviams geriau suprasti savo stipriąsias puses, kompetencijas ir tobulintinas sritis, didinti motyvaciją ir savivertę siekiant sėkmingai integruotis profesijoje rinkos ekonomikos sąlygomis.

## 5. Programos turinys

Eil. Nr.	Temos pavadinimas	Val. sk.	Užsiėmimų pobūdis (teorija/praktika/savarankiškas darbas)	
			Teorija	Praktika
1.	Kompetencijų įsivertinimas, stiprybių ir tobulintinų sričių analizė.	4	1	3
2.	Asmeninių tikslų formulavimas: ilgalaikiai, trumpalaikiai tikslai, motyvacija.	2	1	1
3.	Karjeros planavimas: veiksmų plano suadymas, prioritetų nustatymas.	2	1	1
4.	Gyvenimo balansas: darbo ir laisvalaikio dermė.	2	1	1
<i>Iš viso</i>		<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>

## 6. Laukiami rezultatai (tikėtina(-os) kompetencija(-os), kurią(-as) įgis programą baigęs asmuo)

Baigęs kursų asmuo gebės aiškiau suvokti savo galimybes, stiprybes ir pasiruošti profesionaliam augimui bei karjeros pokyčiams.

## 7. Dalyviai (tikslinės grupės, būtinas pasirėngimas kurį turi turėti dalyvis)

Reikalavimų nėra

## Daugiau informacijos ir registracija

Informatikos mokslų katedros vedėja

dr. Dalia Rudytė

Tel. +370 699 21 803

El. p. d.rudyte@svako.lt