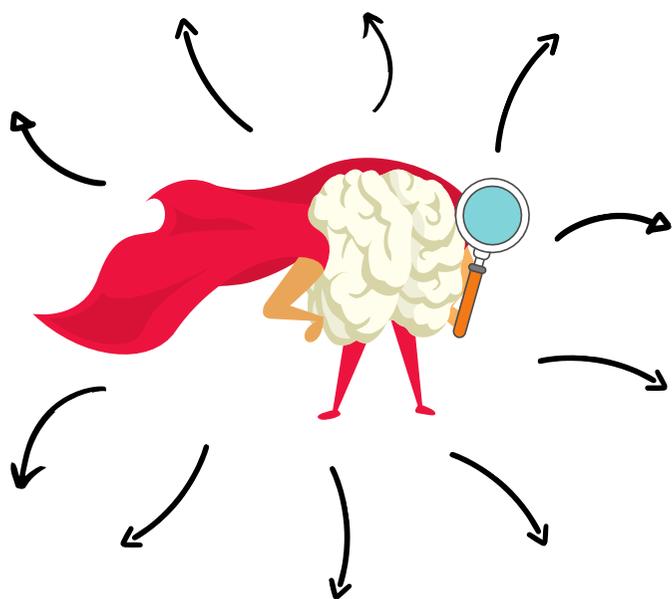


# KARJEROS PLANAVIMAS

SAVĖS PAŽINIMAS

## MANO POMĖGIAI IR INTERESAI

Iš savo pomėgių gali daug apie save sužinoti. Pamėgink užrašyti kuo daugiau dalykų, kurie Tave domina (menas, medicina, robotika, sodinystė ir pan.)



## MANO MĖGSTAMOS VEIKLOS

O ką Tau patinka daryti? Apibrauk žodžius, kurie atspindi, ką mėgsti veikti.

Klausyti Skaityti Kalbėti Tyrinėti  
Mokyti Organizuoti Vadovauti  
Įkvėpti Statyti Šokti Keliauti  
Skaičiuoti Dekoruoti Planuoti  
Konstruoti Žaisti Piešti  
Kurti Linksminti Varžytis Bendrauti  
Mokyti Dainuoti Padėti Bendradarbiauti  
Įtikinti Stebinti Rašyti  
Analizuoti

## KĄ PASAKYS ARTIMIEJI?

Užduok keletą klausimų žmonėms, kurie Tave geriausiai pažįsta.

“

Kokios mano dvi didžiausios stiprybės?

-----  
-----  
-----  
-----

Įrašyk savo klausimą

Kokios profesijos atstova įsivaizduotum mane po 10 metų?

-----  
-----  
-----  
-----

Įrašyk savo klausimą

„  
Jei turėčiau pokalbių laidą, apie ką ji būtų?

”

Įrašyk gautus atsakymus:

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

## VISUOTINĖS PROBLEMOS

Dažnas mūsų neabejingas visuotinėms problemoms ir nori jas pakeisti.

Nušpalvindama(-as) juostelę pažymėk, kiek Tau rūpi toliau išvardyti dalykai.



Visai nerūpi

Šiek tiek rūpi

Labai rūpi

Gyvūny teisės

-----

Žmogaus teisės

-----

Patyčios

-----

Nusikaltimai ir smurtas

-----

Klimato kaita

-----

Tarša

-----

Skurdas

-----

Sveikatos problemos

-----

Galbūt yra dar kokia nors problema, kuri Tau labai rūpi ir kurią norėtum pakeisti?

-----  
-----  
-----

## PASIKARTOJIMAI IR DĒSNINGUMAI

Peržvelki prieš tai atliktas užduotis. Galbūt pastebėjai ką kartojantis ar sutampant?

- Man patinka užsiimti veikla su kitais žmonėmis.
- Aš mieliau renkuosi užduotis atlikti viena(-as).
- Man patinka kurti dalykus rankomis.
- Man patinka iššūkius keliančios užduotys.
- Man patinka domėtis pasauliu ir kelionėmis.

Irašyk, kokius pasikartojimus ar dėsningumus apie save atradai Tu:

---

---

---

---

---

## KUO SAVO INTERESŲ IR POMĖGIŲ ŽINOJIMAS GALI TAU PADĖTI?

Isivardijus savo interesų sritis, galima patyrinėti, su kokiomis veiklomis ar dalykais tai gali būti susiję.

Štai keletas pavyzdžių:

Jei Tau patinka **piešti**, tai gali Tave nuvesti į grafikos dizainą, iliustracijų kūrimą, tatuiruočių piešimą.

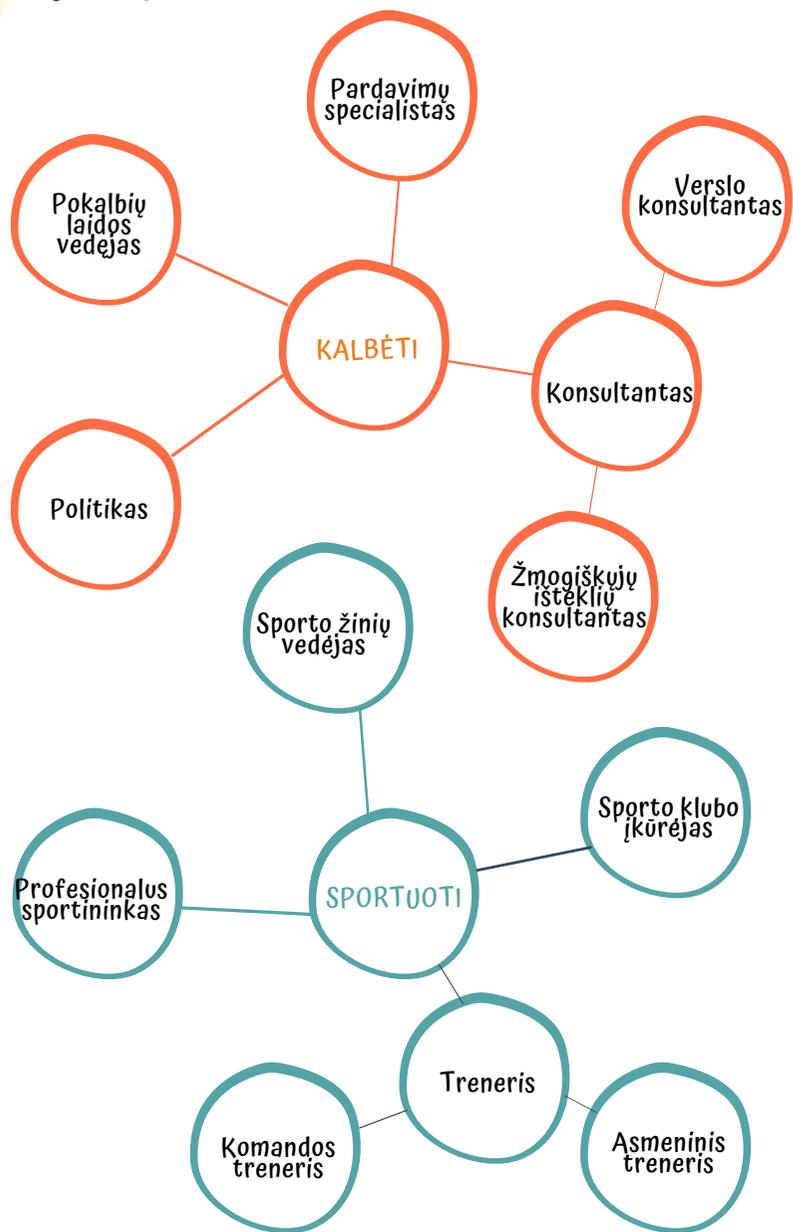
Jei Tau patinka **augalai**, tai gali Tave nuvesti į sodininkystę, miškininkystę ar gėlių parodotuvės atidarymą.

Jei Tau patinka **padėti žmonėms**, tai gali Tave nuvesti į buvimą mokytoju, gydytoju, socialiniu darbuotoju, žurnalistu.



## INTERESŲ IR POMĖGIŲ ŽEMĖLAPIS

Naudojantis interesų žemėlapiu, galima grafiškai pamatyti, kur turimi interesai ir pomėgiai gali Tave nuvesti. Štai pora pavyzdžių:



## MANO INTERESŲ IR POMĖGIŲ ŽEMĖLAPIS

Užpildyk savo interesų žemėlapi ir nuspalvink veiklos sritis ar profesijas, kurias norėtum išmėginti!

