



„METODINĖS PRIEMONĖS JAUNIMO KONSULTAVIMUI. REGIONINIO KARJEROS CENTRO REKOMENDACIJOS“

Regioninio karjeros konsultantė Ina Ribinskaitė



Europos socialinio fondo lėšos
Projektas Nr. 09.4.1-ESFA-V-735-02-0001

KARJERASTAU.LT

KONSULTAVIMAS GRUPĖJE

Jaunimo darbo centrų naudojamas priemonės profesiniam konsultavimui, pasidalins patirtimi, su kokiomis karjeros konsultavimo priemonėmis dirba (testais, metodinėmis priemonėmis), supažindins su uzt.lt portalo panaudojimo profesiniam konsultavimui galimybėmis, pasidalins internetinių išteklių adresais ir naudojimo konsultacijoms patirtimi.

Mokymasis m ir p raidėmis

stipendija nuo 365 

Pameistrystė



NUORODOS:



-
- [Darbo rinkos tendencijos | Užimtumo tarnyba \(uzt.lt\)](#)
 - [Parama mokymuisi | Užimtumo tarnyba \(uzt.lt\)](#)
 - [Nemokami kursai | Užimtumo tarnyba \(uzt.lt\)](#)
 - [Parama verslo kūrimui | Užimtumo tarnyba \(uzt.lt\)](#)



INDIVIDUALIOS KONSULTACIJOS



MOTYVACIJĄ MAŽINANTYS VEIKSNIAI

-
- Išankstinis požiūris;
 - Nepasitikėjimas savimi;
 - Nežinojimas nuo ko pradėti;
 - Baimė.



STIPRYBES ATSKLEIDŽIANČIOS UŽDUOTYS



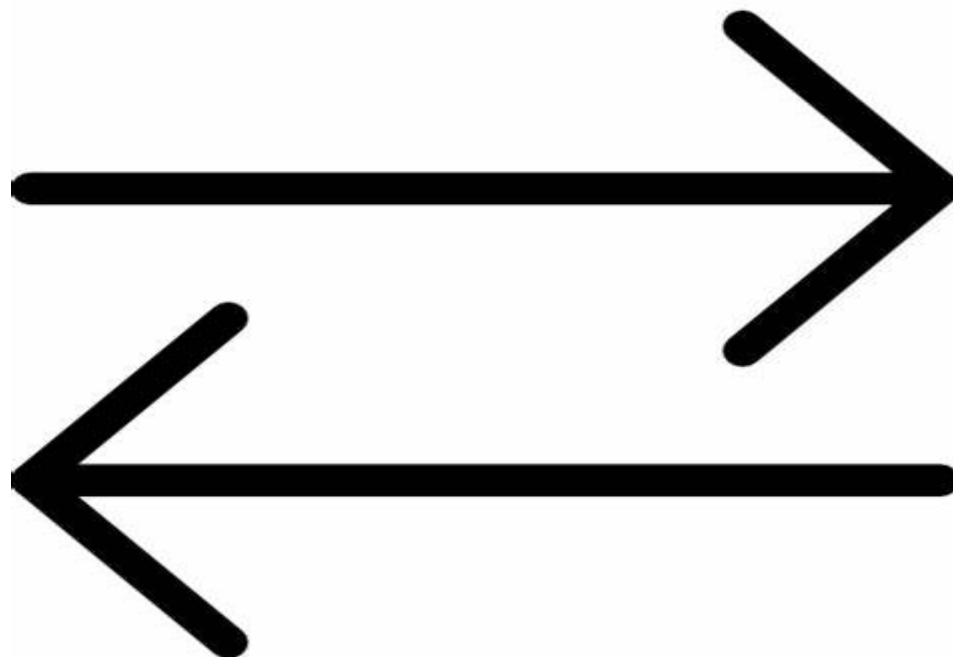
- Improvizacija;
- Kūrybinis kalbėjimas.



IŠŠŪKIAI



KRYPTIES NUSTATYMAS



PASIRINKIMAI

Jaunimo centrai

Savanoriška veikla

Testai

Projektai



Savanoriška veikla

Internetinės platformos:

Savanorystė | Užimtumo tarnyba
(uzt.lt)

SAVA platforma | Veiklos

Savanoriauk | Jaunimo garantijos

Žinau Viską » Savanoriauk

Lietuvoje (zinauviska.lt)

Savaniai savanoriams |

Facebook



Savanorystė užsienyje:

Socialinis Veiksmas | Facebook

Savanorystė - Europos solidarumo
korpusas

Žinau Viską » Savanoriauk užsienyje
(zinauviska.lt)

RKC KARJEROS KONSULTANTŲ PASLAUGOS PRITAIKYTOS JAUNUOLIŲ POREIKIAMS

KONSULTACIJŲ TEMOS:

- ❑ Savęs pažinimas
- ❑ CV rengimas
- ❑ Lyderystės ugdymas
- ❑ Situacija darbo rinkoje
- ❑ Karjeros planavimas
- ❑ Įvaizdžio formavimas e-erdvėje
- ❑ Įgyta profesija – sėkmingos karjeros pradžia
- ❑ Viešasis kalbėjimas
- ❑ Pageidaujate kitos temos – PASIKALBĖKIME!

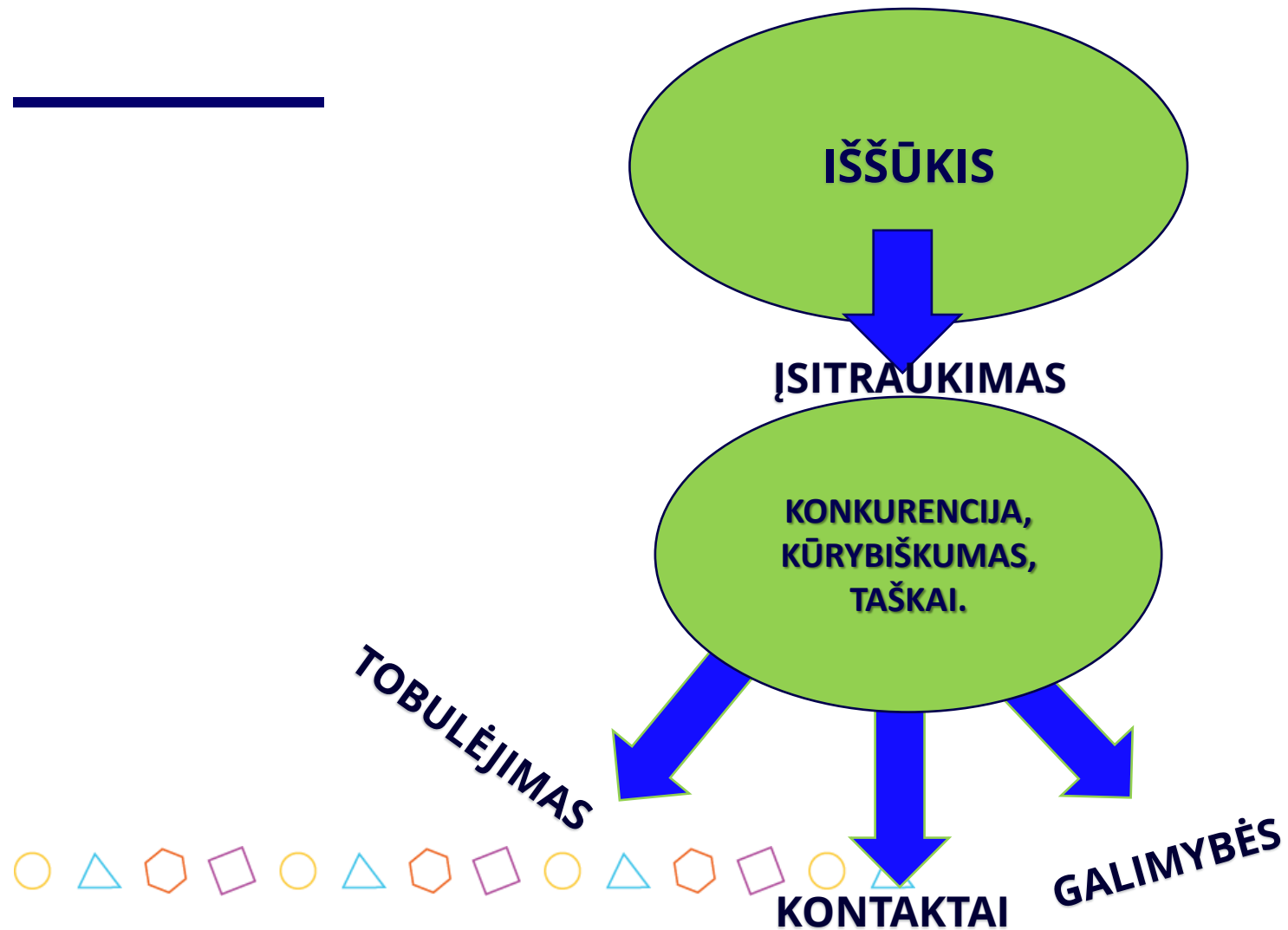


Artėjantys renginiai

- Kūrybinės balso dirbtuvės;
- Atrask negalioje- galią;
- Gruodis gerumo ir iššūkių mėnuo.



MOTYVACINĒ PRIEMONĒ



AČIŪ UŽ SKIRTĄ LAIKĄ 😊



• **Bendradarbiaukime:**

Karjeros konsultantė Ina Ribinskaitė Ina.ribinskaite@uzt.lt tel. 861001525;

Karjeros konsultantė Dovilė Podvolskė Dovile.podvolske@uzt.lt tel. 865895097;

Veiklinimo ir partnerysčių koordinatorė Rita Gecevičienė Rita.geceviciene@uzt.lt tel. 861005244.





KARJEROS KONSULTANTĖ INA RIBINSKAITĖ INA.RIBINSKAITE@UZT.LT TEL. 861001525

KARJEROS KONSULTANTĖ DOVILĖ PODVOLSKĖ DOVILE.PODVOLSKE@UZT.LT TEL. 865895097

VEIKLINIMO IR PARTNERYSČIŲ KOORDINATORĖ RITA GECEVIČIENĖ RITA.GECEVICIENE@UZT.LT TEL. 861005244

www.karjerastau.lt



Europos socialinio fondo lėšos
Projektas Nr. 09.4.1-ESFA-V-735-02-0001