



## Karjeras attīstības atbalsta pasākums

### “Kā atrast savu dzīves aicinājumu un pareizāk izvēlēties nākotnes profesiju?”

Ir cilvēki, kuri visu mūžu strādā vienā darbā, kas nesniedz gandarījumu, bet, piemēram, nodrošina lielu algu vai ir tuvu dzīvesvietai. Ir cilvēki, kuri darbu uztver kā smagu pienākumu un pat neuzdrošinās kaut ko savā dzīvē mainīt. Bet ir arī tādi cilvēki, kuri ir vienkārši laimīgi tajā, ko viņi dara. Tie ir sirsnīgākie pārdevēji, iejūtīgākie ārsti, neatlaidīgākie sportisti, pašreizējākie ugunsdzēsēji, iedvesmojošākie lektori. Tie ir cilvēki, ar kuriem satiekoties, mēs skaidri saprotam – viņi ir īstajā vietā. Kur ir noslēpums? Viss ir pavisam vienkārši – cilvēki pārvērtuši savus talantus profesionālajā darbā. Viņiem patīk sava nodarbošanās, viņi jūt piepildījumu darbā, redz paveiktā jēgu un iedvesmo citus. Cilvēki ir uzdrošinājušies darīt darbu, kas viņiem patīt!

Madonas pilsētas vidusskolā janvārī viesojās Jauniešu akadēmijas „Pacelt Pasauli” dibinātāja un vadītāja, personiskās izaugsmes trenere Dace Briede-Zālīte. Viņa vadīja Karjeras attīstības atbalsta pasākumu „Kā atrast savu dzīves aicinājumu un pareizāk izvēlēties nākotnes profesiju?”, kas notika projekta Nr.8.3.5.0/16/I/001 „Karjeras atbalsts vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs” ietvaros.

Dace Briede –Zālīte ir viena no tiem cilvēkiem, kas ar savu nodarbošanos spēj aizraut un iedvesmot jauniešus. ”Jauniešu Akadēmija „Pacelt Pasauli” ir privāta iniciatīva ar mērķi atbalstīt jaunos cilvēkus viņu nākotnes aicinājuma atrašanā, iesaistot skolu pedagogus un pieaugušos bērnu labākas nākotnes veidošanā. „Pacelt Pasauli” programmas palīdz attīstīt pašapziņu, izprast savas vajadzības un dod papildu zināšanas, uz kurām balstīt veiksmīgāku dzīvi un nākotnes izvēli,” saka nodarbības vadītāja.

Tiekoties ar 9.klases skolēniem, Dace Briede –Zālīte stāstīja par savu karjeras ceļu, pašmotivācijas rīkiem un dalījās ar bagātīgo pieredzi. Nodarbības vadītāja sāka ar stāstu par savu profesiju – koučs, kura vēl pirms dažiem gadiem nemaz nebija profesiju klasifikatorā. Dace Briede – Zālīte aicināja skolēnus aizdomāties „Kas ir profesija?” un saprast, ka profesijas būs jārada pašiem, tās mainīsies un radīsies jaunas neatkarīgi no mums, jo pasaule un tehnoloģijas pilnveidojas ļoti strauji, daudzas profesijas būs spiesti iemācīties dzīves laikā. Tādēļ vienīgā



misija mūsu dzīvē, pēc lektores domām, ir **palīdzēt citiem** – iedvesmojot, radot, dodot, palīdzot, ražojot, pakalpojot, iepriecinot. Lai šo misiju realizētu, jāmek saskatīt savus dotumus, talantus un iespējas, un tālāk atliek izvirzīt mērķus un tos realizēt.

Dace Briede – Zālīte jauniešiem stāstīja par mērķu metodiku SMART. Nodarbības vadītāja dalījās ar spilgtiem piemēriem, kas jauniešiem ļāva labāk izprast mērķa izvirzīšanas nozīmi. Nodarbības gaitā skolēni paši saņēma Mērķu plānošanas karti, kuras metodiku lektore ir apguvusi Londonā, un tā balstīta uz angļu psihologa B. Meina mērķu plānošanas programmu "Goal Mapping". Pirms mērķu kartes aizpildīšanas Dace Briede-Zālīte deva pāris padomus, kuri svarīgi mērķu izvirzīšanas procesā:

- ticēt savam mērķim no visas sirds,
- izvirzīt mērķi, kuru pats vari izdarīt,
- plānot tā, lai kaut ko vari izdarīt tūlīt,
- rakstīt mērķi tagadnes formā,
- domāt un rakstīt pozitīvā nozīmē,
- rēķināties, ka būs nepieciešams laiks, lai visu realizētu.

Jaunieši, nodarbības vadītājas iedvesmoti, aizpildīja Mērķu plānošanas kartes, kurās bija jāprot mērķi gan aprakstīt, gan atainot vizuāli.



Personiskās izaugsmes trenere Dace Briede-Zālīte individuāli konsultēja katru 9.klases skolēnu un motivēja saskatīt savus talantus, vairot izcilību, būt gataviem izaicinājumiem jau šodien, un mudināja atcerēties, ka katra cilvēka misija ir **PALĪDZĒT CITIEM**.



*Mērķu karte vizuālā izpildījumā*

Pēc pasākuma 9.klases skolēni dalījās ar savām sajūtām un ieguvumiem:

Man ļoti patika šī nodarbība, jo es beidzot sapratu, par ko vēlos kļūt un kā līdz tam nonākt. Mani ieinteresēja lektores stāstītais un patika saruna ar mani.

Man patika nodarbība, jo tā man lika plašāk paskatīties uz savu dzīvi. Es sapratu, ka bailes mēģināt ir iemesls tam, ka es dažkārt padodos, un ka nevajag meklēt ieganstus - kāpēc neaiziet, bet gan - kāpēc aiziet un pamēģināt.

Es šajā nodarbībā sapratu, ka nevajag baidīties no problēmām, bet ir jāiet uz priekšu, ja to ļoti vēlas. Patika lektores pārlicība, ja domās labas un pozitīvas domas, tad noteikti viss izdosies.

Patika, nemainīju domas par to, ko vēlos darīt, bet uzzināju jaunus stāstus par citu cilvēku dzīvi un karjeras ceļu.

★★★★☆ 4 zvaigznes no 5, jo es zināju kā un kāpēc, un ko es vēlos. Tās 4 zvaigznes par pasniegšanu, izpildījumu, domu un palīdzību. Es jau neko ļaunu, es visu to labāko! Turās☺

Ceļi, kā atrast savu dzīves aicinājumu, nodarbības laikā tika noskaidroti, tādēļ gribas piekrist rakstnieka Teodora Dreizera teiktajam: „Par mērķi ir jābūt laimei, citādi uguns nebūs pietiekoši spoža, motivācija nebūs pietiekoši spēcīga un panākumi nebūs nozīmīgi.”

*Kristīne Aizpurve,  
pedagogs karjera konsultants*