



INDIVIDUĀLAIS KARJERAS ATBALSTS

Sintija Kreimane
Pedagogs karjeras konsultants

Skolēniem un viņu vecākiem pieejamas individuālās karjeras konsultācijas, saziņai izmantojot e-klases pastu.

Individuālās karjeras konsultācijas:

- palīdz izzināt un apzināt spējas, prasmes un intereses;
- veicina pašmotivāciju, spēju izvirzīt mērķus;
- paaugstina pašnovērtējumu;
- rada izpratni par tālākizglītības iespējām, profesijām un turpmāko karjeras izvēli.

Individuālas karjeras konsultācijas ārpus skolas pieejamas:

- **E-konsultācijas** – iespēja uzdot attālināti jautājumus par izglītības iespējām Latvijā Nacionālajā izglītības iespēju datu bāzē.
Informācija pieejama: www.niid.lv
- **Nodarbinātības valsts aģentūra** – iespēja attālināti saņemt profesionāla karjeras konsultanta palīdzību profesionālās piemērotības noteikšanā, atbilstošās izglītības iegūšanā.
Informācija pieejama: <http://www.nva.gov.lv/karjera/>
- **Latvijas karjeras attīstības atbalsta asociācija** – iespēja saņemt karjeras konsultācijas, izmantojot saziņai tiešsaistes komunikācijas formas – e-pastu, telefoniska konsultēšana, kā arī dažādas programmas un platformas, kas nodrošina videozvana konsultēšanas iespējas.
Informācija pieejama: <http://lkaaa.lv/node/220>
- **RTU Karjeras centrs** – iespēja bez maksas topošajiem studentiem saņemt konsultācijas par piemērotās programmas izvēli.
Informācija pieejama: <http://karjera.rtu.lv/>
- **Latvijas Universitātes Karjeras centrs** – iespēja saņemt individuālo karjeras konsultāciju online režīmā, izmantojot Zoom platformu.
Informācija pieejama: <https://www.karjera.lu.lv/>
- **RSU Karjeras centrs** – iespēja saņemt bezmaksas konsultāciju par savu nākotnes karjeras virzienu.
Informācija pieejama: <https://www.rsu.lv/karjeras-centrs>