



# INDIVIDUĀLAS KARJERAS KONSULTĀCIJAS



**Karjeras konsultācija** – iespēja izzināt savas prasmes, vēlmes, intereses un talantus.

Konsultācijas laikā ar dažādu profesionālu testu un metožu palīdzību iespējams noteikt profesiju piemērotību. Konsultācijā iespējams iegūt visaptverošu vīziju par studiju virzienu, klienta iespējām un rast labāko izvēli konkrētajai situācijai.

Karjeras konsultācija ieteicama situācijās, kad nav īsti skaidrs, ko un kur studēt, ir šaubas par savām prasmēm un zināšanām, tāpat, ja ir cita veida praktiski jautājumi saistībā ar profesionālās nākotnes izvēli.

Konsultācijas laikā, ja nepieciešams, var tikt pielietoti psiholoģiskās konsultēšanas paņēmieni vai koučinga tehnikas.

Atkarībā no situācijas nepieciešamas 1–3x tikšanās reizes. Atsevišķos gadījumos iespējams vienoties par ilgāku sadarbību.

1h  
20 EUR

**Online karjeras koučinga sesija** – ieteicama situācijās, kad ir aptuveni zināms mērķis jeb virziens, ko klients vēlas studēt/darīt, bet nav pārliecības, ar ko sākt un kā savu mērķi sasniegt. Koučings palīdz skaidri definēt vēlamu virzienu, apzināt esošos resursus un realitāti, apskatīt vēl jaunas iespējas un līdz šim neapzinātus resursus, un sastādīt skaidru plānu, kā sasniegt mērķi. Sesijas laikā klients iegūs pārliecību par savu izvēli, kā arī skaidru rīcības plānu, ar ko sākt, lai sasniegtu savu mērķi.

Karjeras koučinga sesija noder arī situācijās, ja nav ideju, ko vēlētos studēt vai vispār darīt nākotnē, bet ir motivācija to noskaidrot un vēlme pieņemt labāko iespējamo lēmumu konkrētajā dzīves situācijā.

Konsultācijas laikā, ja nepieciešams, var tikt pielietoti psiholoģiskās konsultēšanas paņēmieni. Atkarībā no situācijas nepieciešamas 1–3x tikšanās reizes. Atsevišķos gadījumos iespējams vienoties par ilgāku sadarbību.

1h  
20 EUR

**Karjeras konsultācija kopā ar vecākiem** – trīspusēja saruna saistībā ar studiju izvēli, jaunieša vēlmēm, personību un stiprajām pusēm. Konsultācijas laikā jauniešs, vecāki un karjeras konsultants apzinās konkrēto situāciju, atkarībā no profesijas izvēles un esošās realitātes.

Konsultācijas mērķis ir apkopot visu pušu ieteikumus, rast labāko risinājumu un nonākt pie vienota kopsaucēja profesijas izvēlē.

Konsultācija var būt arī kā vienkārša saruna saistībā ar jaunieša nākotnes izvēli, ja dažādu iemeslu dēļ, šī saruna ģimenē ir sarežģīta vai ir vēlēšanās to veikt kopā ir trešo pusi. Sarunas laikā ar profesionāli ir iespējams pārrunāt jaunieša prasmes, zināšanas, talantus un nākotnes ieceres, lai pieņemtu labāko vēlamu risinājumu.

Konsultācijas laikā, ja nepieciešams, var tikt pielietoti psiholoģiskās konsultēšanas paņēmieni vai koučinga tehnikas.

Atkarībā no situācijas nepieciešamas 1–3x tikšanās reizes. Atsevišķos gadījumos iespējams vienoties par ilgāku sadarbību.

1h  
20 EUR