

# *KOLIKO POZNAJEŠ SEBE?*

SAVJETOVANJE ZA IZBOR ZANIMANJA (ODABIR SREDNJE ŠKOLE)

Pripremila:

Andrea Bačić-Pavat, Novi Vinodolski, 28.04.2020.



# *Koliko poznaješ sebe?*

---

Ranije smo spomenuli da pri donošenju odluke o izboru zanimanja trebamo vrlo dobro razmisliti o samima sebi.

---

To se odnosi na:

---

vrijednosti,

---

interese,

---

sposobnosti i

---

osobine ličnosti.

---

Upoznavanjem sebe počinje izbor zanimanja.

# VRIJEDNOSTI

- **Vrijednosti su važni ciljevi kojima težimo.**
- Svaka osoba tijekom života razvija svoj vlastiti sustav vrijednosti, odnosno skup stavova ili uvjerenja o tome što je ispravno, dobro ili poželjno, što ljudi međusobno razlikuje.
- **Tako je nekome važno posvetiti svoj život pomaganju bolesnim i nemoćnim ljudima, a nekom drugom možda postati bogat i slavan.**



ZA SLJEDEĆI  
ZADATAK TREBAT  
ĆE TI PAPIR I  
OLOVKA!



# *MOJE RADNE VRIJEDNOSTI*

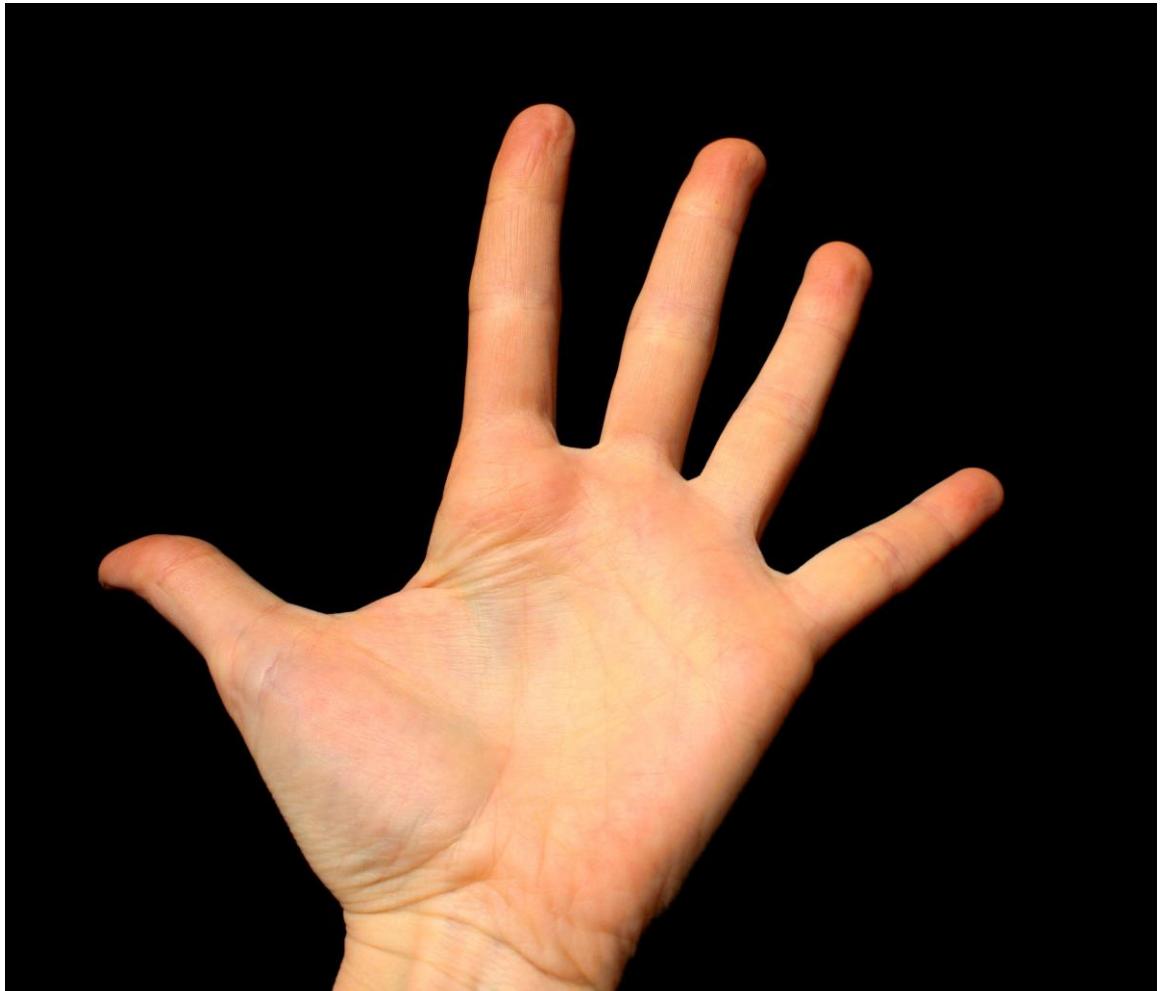
Od navedenih vrijednosti odaberi 10 koje ti se čine važnijima od drugih:

izdržljivost, poštenje, uspješnost, sreća, iskrenost, znanje,  
kultura, hrana, dobrota, jednakost, voda, sposobnost,  
snalažljivost, mir, prijateljstvo, ljubav, sloboda mišljenja, zdravlje,  
sport, povjerenje, posao, vjera, odgovornost, odlučnost, obitelj,  
suradnja, sloga , pomaganje, poštivanje drugih, oprاشtanje,  
poštivanje razlika, zajedništvo, novac

*Od odabranih 10 izaberi 5 koje su za tebe najvažnije.*

*Ako želiš nacrtaj dlan i upiši ih na prste.*

*Tih vrijednosti često nismo svjesni, ali one u velikoj mjeri određuju naše stavove, ponašanja pa i životne ciljeve.*

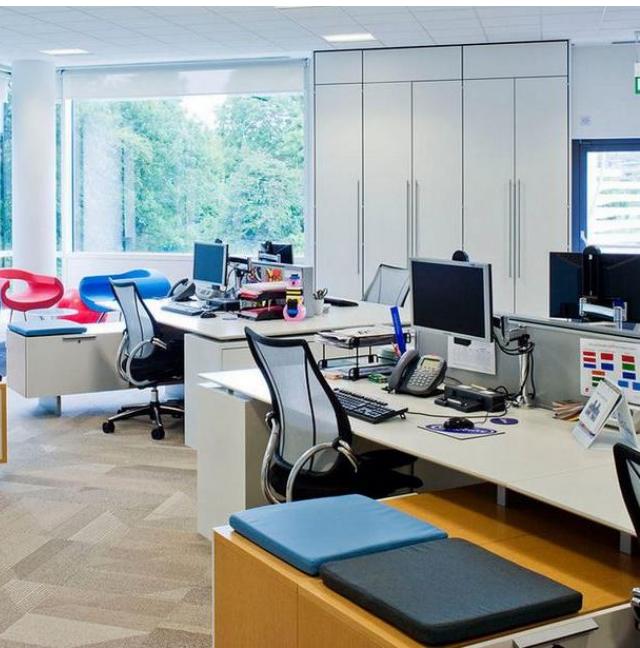


# INTERESI

Bitna su pretpostavka za zadovoljstvo i za uspješno bavljenje nekom aktivnošću i zanimanjem.

Raznoliki su i podložni mijenjanju:

- interes za rad sa strojevima
- interes za socijalni rad
- interes za poslovanje s ljudima
- interes za administrativni rad
- interes za znanstvena istraživanja
- interes za umjetničkim izražavanjem i sl.





## SPOSOBNOSTI

- Nije dovoljno samo imati interes i želju za obavljenjem određenog zanimanja.
- Sposobnosti određuju ono što osoba može učiniti i predstavljaju jedan od osnovnih čimbenika za uspješno obavljanje nekog zanimanja.

# *SPOSOBNOSTI*

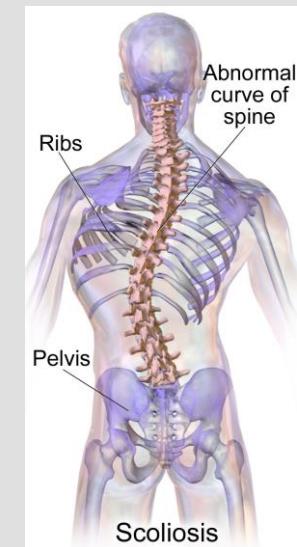
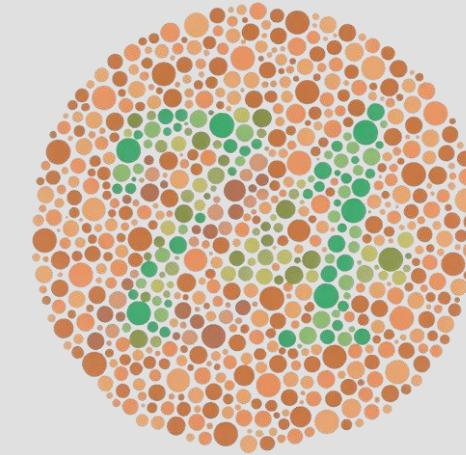
Sposobnosti se najčešće dijele na:

1. **senzorne** (sluh, vid, okus, njuh)
  - 2 **psihomotorne** (spretnost prstiju, koordinacija, brzina izvođenja pokreta, tjelesna snaga)
  3. **intelektualne** (snalažljivost, razumijevanje prostornih i mehaničkih odnosa, otkrivanje i shvaćanje zakonitosti i načela, rječitost, razumijevanje govora, razumijevanje računskih radnji, brzina i lakoća zapamćivanja)



# ZDRAVSTVENE TEŠKOĆE

- VID - kratkovidnost, dalekovidnost, neraspoznavanje boja (daltonizam)
- SLUH - oštećenje sluha
- SRČANA OBOLJENJA
- GOVOR – zamuckivanje i sl.
- BOLESTI KRALJEŽNICE - iskrivljenja i sl.
- ALERGIJE – preosjetljivost na različite supstance
- Imaći li neke od ovih teškoća?



# OSOBINE LIČNOSTI

- Važno je da znaš izdvojiti neke od svojih osobina poput toga jesи li:  
druželjubiv/a, otvoren/a, maštovit/a,  
marljiv/a, uredan/a, uporan/a...
- Primjerice za prodavače i konobare je važno da u poslu budu komunikativni, druželjubivi, otvoreni, dok je primjerice za kemijske tehničare važno da budu smireni, strpljivi i temeljiti u obavljanju poslova.
- Dakle, važno je osobine koje imamo uskladiti s poslom koji obavljamo jer za pojedina zanimanja nisu sve osobine dobrodošle



# RADNE NAVIKE

- Radne navike su različite aktivnosti koje oduzimaju minimalnu količinu naše energije i vremena.
- Npr. ako imaš dobro usvojene radne navike za učenje ne moraš se posebno motivirati ("tjerati") na učenje
- U profesionalnom životu kada radno mjesto pred radnika postavlja veliki broj zahtjeva i radnih zadataka ako radnik ima dobro razvijene radne navike bit će učinkovitiji u obavljanju poslova.



- ZA SLJEDEĆI  
ZADATAK  
TREBAT ĆE  
TI PAPIR I  
OLOVKA!



# DOBRE I LOŠE ŠKOLSKE NAVIKE

Dobre i loše školske navike odnose se na tvoje ponašanje za vrijeme nastave (točan dolazak u školu, slušanje na nastavi, zapisivanje, postavljanje pitanja, zabavljanje) ali i za vrijeme učenja kod kuće (redovitost pisanja zadaće, učenja, vježbanja).

Navedi što više svojih dobrih i loših navika kojih se možeš sjetiti i upiši ih u tablicu:

DOBRE RADNE NAVIKE	LOŠE RADNE NAIKE

# KOLIKO VOLIM RADITI U TIMU?

- Sve je teže u suvremenom stvaralačkom radu uspjeh ostvariti kao pojedinac.
- Individualisti u radu su prošlost. Zamijenio ih je suradnički odnos i timski rad u kojem je važno poticati i razvijati potencijale svih zaposlenih.
- Tim je mali broj ljudi sa sličnim vještinama, a koji imaju zajedničku svrhu, ciljeve i pristup radu.
- Budućnost pripada timskom radu jer tim može, zna i želi više od pojedinca.





# **RAZMISLI!**

- O onome u čemu si dobar/dobra u školi
  - u aktivnostima i u odnosima s ljudima.
- Porazgovaraj s osobama koje te dobro poznaju.
- Možda ćeš otkriti još neke vlastite jake strane!

# *I JOŠ MALO POMOĆI...*

Ovdje se nalaze poveznice za online upitnike koji ti mogu pomoći da bolje upoznaš sebe, svoje vrijednosti, interese, kompetencije, sposobnosti.

- <http://e-usmjeravanje.hzz.hr/Predanketa>
- <http://mrav.ffzg.hr/zanimanja/upitnik/bkp/upitnik.htm>
- <http://samoprocjena.hzz.hr/>
- <https://eusmjeravanje.hzz.hr/kojejestinetrazeposlodavci>



# *PLAN KARIJERE – kako dostići ciljeve?*

**Plan karijere** služi ti da bi promislio/promišljala o svojim ciljevima i kako ih ostvariti.

Plan karijere ima 6 koraka:

- 1. Moje želje i vrijednosti
- 2. Moje kompetencije
- 3. Moje mogućnosti
- 4. Moji ciljevi
- 5. Plan aktivnosti za postizanje ciljeva
- 6.. Praćenje realizacije

OBRAZAC PLAN KARIJERE

- <https://bit.ly/2ztfEzg>



Career



Magic

*I za kraj....*

Želim ti uspješan  
odabir srednje škole!

