



CUM IAU O DECIZIE DE CARIERĂ CORECTĂ?

 <p>DESCRIEREA</p> <p>ACTIVITĂȚII</p>	<p>Decizia de carieră se referă la procesul care duce la selecția unei alternative de carieră din mulțimea de variante disponibile la un moment dat.</p> <p>Mai exact, ...</p> <p>Poate că ai început să te gândești singur/ă, sau poate deja au început cei din jur să te întrebe: “Ce faci când termini liceul?” Sau poate că ai de luat altă hotărâre legată de viitorul și cariera ta... poate că vrei să te implici în activități de voluntariat, dar încă nu îți este foarte clar ce anume ai vrea să faci.</p> <p>A lua o decizie importantă poate fi ceva destul de dificil și de stresant. Mai ales dacă nu ești sigur/ă pe ce anume ar trebui să te bazezi ca să faci cea mai bună alegere... Să asculți de intuiție sau de rațiune? Cine îți dă cel mai bun sfat: părinții, prietenii, dirigintele?</p> <p>Când vine vorba de hotărâri importante care îți vor influența viitorul, specialiștii recomandă o abordare cât mai informată și mai rațională. Așa că noi îți venim în ajutor: îți oferim un instrument pentru luarea deciziilor de carieră. Atenție! Instrumentul nu va lua decizia pentru tine, dar te va ajuta să hotărăști ca un profesionist 😊</p>
--	--

 <p>SECVENȚELE</p> <p>ACTIVITĂȚII</p>	<p>Mai jos ai un tabel care te ajută să îți formezi o perspectivă cât mai clară și mai completă, care să îți permită să iei mai ușor o decizie. Acest instrument este util atunci când ai trunchiat deja variantele disponibile, însă ai rămas totuși cu două opțiuni între care îți este dificil să alegi.</p> <p>Ca să fie totul mai distractiv, și ca să îți sugerăm mai bine cum să folosești instrumentul, l-am completat și noi cu două exemple:</p> <ul style="list-style-type: none"> • unul mai amuzant, dar mai ușor de urmărit; • și unul despre o decizie de carieră cu care te-ai putea confrunta în această etapă a vieții tale. <p>1. Când consideri că ai înțeles la ce se referă o anumită căsuță, poți să completezi secțiunile denumite “Acum tu 😊” cu datele problemei pentru care vrei acum să iei o decizie de carieră.</p>
--	--

A. Despre ce este vorba?			
A.1. Problema cu care mă confrunt este:			
Noi...		Acum tu ☺ ...	
Vreau să-mi aleg un telefon.			
Vreau să-mi aleg un domeniu ocupațional, și implicit o facultate pe care să o urmez			
A.2. Alternativele pe care le am la dispoziție:			
Noi...		Acum tu ☺ ...	
Varianta 1:	Varianta 2:	Varianta 1:	Varianta 2:
cu touch screen	cu tastatură QWERTY		
drept	medicină		
B. Cum decid care alternativă este mai avantajoasă?			
B.1. Cât de mult mi se potrivește mie ca și persoană?			
Noi...		Acum tu ☺ ...	
Varianta 1:	Varianta 2:	Varianta 1:	Varianta 2:
- touch-screen-ul mi s-ar potrivi mai mult pentru că îi conferă telefonului un aspect elegant și simplu; - îl pot purta cu mine în buzunarul de la pantaloni.	- un telefon cu tastatură QWERTY nu s-ar prea potrivi cu stilul meu pentru că îmi place să-mi țin telefonul în buzunarul de la pantaloni și ar fi prea voluminos pentru așa ceva.		
- cred că dreptul mi s-ar potrivi pentru că îmi place să port discuții în contradictoriu și să-mi argumentez opinia, păstrându-mi însă calmul;	- medicina mi s-ar potrivi pentru că din totdeauna mi-am dorit să-i pot ajuta pe cei din jur cu adevărat, iar sănătatea e cel mai de preț dar pentru oricine.		

<p>- dreptul mi s-ar potrivi și pentru că îmi place ideea de a-i putea ajuta pe cei care nu se pot apăra singuri, astfel încât să nu fie neîndreptățiți.</p>	<p>- nu sunt sigur/ă cât sânge rece am (dacă mi s-ar face sau nu rău în situații precum autopsiile).</p> <p>- îmi plac chimia și biologia și mă descurc bine la ambele materii.</p>		
--	---	--	--

Aici poți nota: cât de mult se potrivește fiecare dintre variante cu interesele, abilitățile și valorile tale, cu tipul tău de personalitate, etc. (multe dintre aceste trăsături ți le poți explora în secțiunea "Autocunoaștere" a resurselor oferite de platforma CCP).

B.2. Cât de bine se potrivește fiecare variantă cu ceea ce mă aștept de la (un telefon/ un domeniu ocupațional)?

Noi...		Acum tu ☺ ...	
(Varianta 1):	(Varianta 2):	(Varianta 1):	(Varianta 2):
<p>- touch screen-ul ar fi o alegere bună pentru că vreau să pot vizualiza comod poze și pagini web.</p>	<p>- tastatura de tip QWERTY ar fi utilă pentru că îmi place să pot scrie SMS-uri rapid, să conversez pe mess și să las comentarii pe facebook.</p>	<p>-</p> <p>-</p>	<p>-</p> <p>-</p>
<p>- ambele variante îmi oferă posibilitatea de a-i ajuta pe cei din jur prin munca pe care o voi desfășura;</p> <p>- atât dreptul cât și medicina sunt domenii ocupaționale de prestigiu, lucru pe care eu mi-l doresc de la profesia pe care o voi practica.</p>			

B.3. Cine mă susține dacă aleg fiecare dintre variante?

Noi...		Acum tu ☺ ...	
(Varianta 1):	(Varianta 2):	(Varianta 1):	(Varianta 2):
<p>- fratele meu mai mare (încurajări);</p> <p>- părinții (financiar);</p>	<p>- prietenii (încurajări);</p> <p>- părinții (financiar);</p>	<p>-</p> <p>-</p> <p>-</p>	<p>-</p> <p>-</p> <p>-</p>

- tata; - mama, dar într-o măsură mai reținută decât tata.	- mama (mai mult decât pentru drept); - tata; - unchiul (care e chirurg).		
---	---	--	--

B.4. Beneficii și costuri pentru fiecare variantă:

Noi...		Acum tu ☺ ...	
Beneficii pentru _____ (varianta 1):	Beneficii pentru _____ (varianta 2):	Beneficii pentru _____ (varianta 1):	Beneficii pentru _____ (varianta 2):
- funcția de "slide" pentru vizualizarea pozelor; - jocuri și aplicații special create pentru touch-screen.	- posibilitatea de a tasta mult mai rapid un text (mai ales când e vorba de mailuri sau chat).	- -	- -
- satisfacție personală - veniturile pot fi mari după ce avansezi în domeniu; - admirația și respectul pe care această profesie îl stărnește celorlalți;	- satisfacție personală (ajut alți oameni); - pot câștiga destul de bine dacă îmi aleg anumite specializări; - admirația și respectul pe care această profesie îl stărnește celorlalți; - aș ști mai bine decât majoritatea oamenilor exact ce se întâmplă cu corpul meu, cum să previn și să tratez problemele din timp.		
Costuri pentru _____ (varianta 1):	Costuri pentru _____ (varianta 2):	Costuri pentru _____ (varianta 1):	Costuri pentru _____ (varianta 2):
- durează până te obișnuiești cu touch-screenul, așa că la început îți ia mult timp să faci și lucruri de bază (ex: să navighezi prin meniu);	- în general telefoanele cu tastatură qwerty sunt mai "bădărane" ca aspect (mai voluminoase, mai pătrătoase); - nu permit o serie de	- -	- -

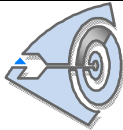
<p>- poți să greșești destul de ușor o mișcare pe touch-screen și să nu obții de prima dată ceea ce îți dorești.</p>	<p>aplicații care se adresează strict telefoanelor cu touch-screen (ex: jocuri).</p>		
<p>- e posibil să fiu nevoit/ă să-mi pun abilitățile în slujba unor cauze în care nu cred;</p> <p>- am auzit că se intră destul de greu în barou (* de verificat informația).</p>	<p>- ar putea fi destule cazuri în care să nu pot ajuta oamenii, sau chiar să asist la decesul lor;</p> <p>- am auzit că examenul de rezidențiat e destul de greu și că nu prea sunt posturi (*de verificat informația);</p> <p>- în unele specializări nu-ți mai prea rămâne timp liber, iar munca e extrem de stresantă.</p>		
<p>! Atenție! Varianta cu cele mai multe beneficii și cele mai puține costuri nu trebuie neapărat să fie “câștigătoare”. E bine să ai în vedere dacă sunt costuri sau beneficii care pentru tine “atâră mai greu la cântar” decât altele – le poți da note de la 1 la 5 sau steluțe pentru a le simboliza “greutatea”.</p>			


C. Ce alternativă aleg: _____ 😊

! Atenție: Nu trebuie să te simți presat/ă să iei o decizie **acum și definitiv!** Poți să reflectezi asupra acestei fișe, să revii cu completări, până când te simți pregătit/ă să faci o alegere. De asemenea, e posibil ca decizia ta să se modifice oricând în viitor – poate descoperi că nu ți se potrivește, poate interveni factori pe care nu i-ai prevăzut... Nu în ultimul rând, nu uita că a lua o decizie rațională nu înseamnă să nu îți “ascuți inima” – din contră: cel mai rațional este să ții cont de toți factorii și de importanța lor pentru tine, inclusiv de valorile, interesele și personalitatea ta!

Dacă ai luat deja o hotărâre, notează în căsuța de mai jos opțiunea pe care ai ales-o și care sunt trei dintre motivele care au influențat cel mai tare decizia ta.

<p>AM ALES: _____</p> <p>...Pentru că:</p>
<p>1.</p>
<p>2.</p>
<p>3.</p>

 <p>CONCLUZIILE ACTIVITĂȚII</p>	<p>Ca urmare a finalizării acestei activități, am ajuns la următoarele concluzii:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Decizia în probleme care țin de carieră 2. Dacă voi lua decizii legate de cariera mea într-o manieră rațională și informată, atunci 3.
---	---

 <p>RECOMANDĂRI</p>	<p>.... Care este următorul pas?</p> <p>→ " Cum planific implementarea unei alegeri legate de carieră?" – Te invităm să mai faci un pas alături de noi în managementul carierei tale: găsești în secțiunea următoare (Planul meu de carieră) un instrument util și accesibil care te va ajuta să-ți planifici aplicarea hotărârii luate.</p> <p>... Ce ar mai trebui să știi când iei o decizie referitoare la cariera ta:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. De multe ori nu există soluții perfecte... dar scopul tău ar trebui să fie să găsești alternativa care ți se potrivește în cea mai mare măsură, din paleta de opțiuni disponibile. 2. În general, problemele care privesc cariera și viitorul personal sunt conectate între ele – soluționarea uneia duce la nevoia de a soluționa o alta. 3. Deciziile nu sunt neapărat reguli "bătute în cuie" – poți reveni asupra lor atunci când simți că s-au modificat premisele sau că alegerea nu ți se mai potrivește. Mai mult decât atât, în zilele noastre este de așteptat ca o persoană să-și schimbe deciziile referitoare la carieră chiar destul de des pe parcursul vieții, pe măsură ce se adaptează la cerințele care se ivesc în jur.
---	---