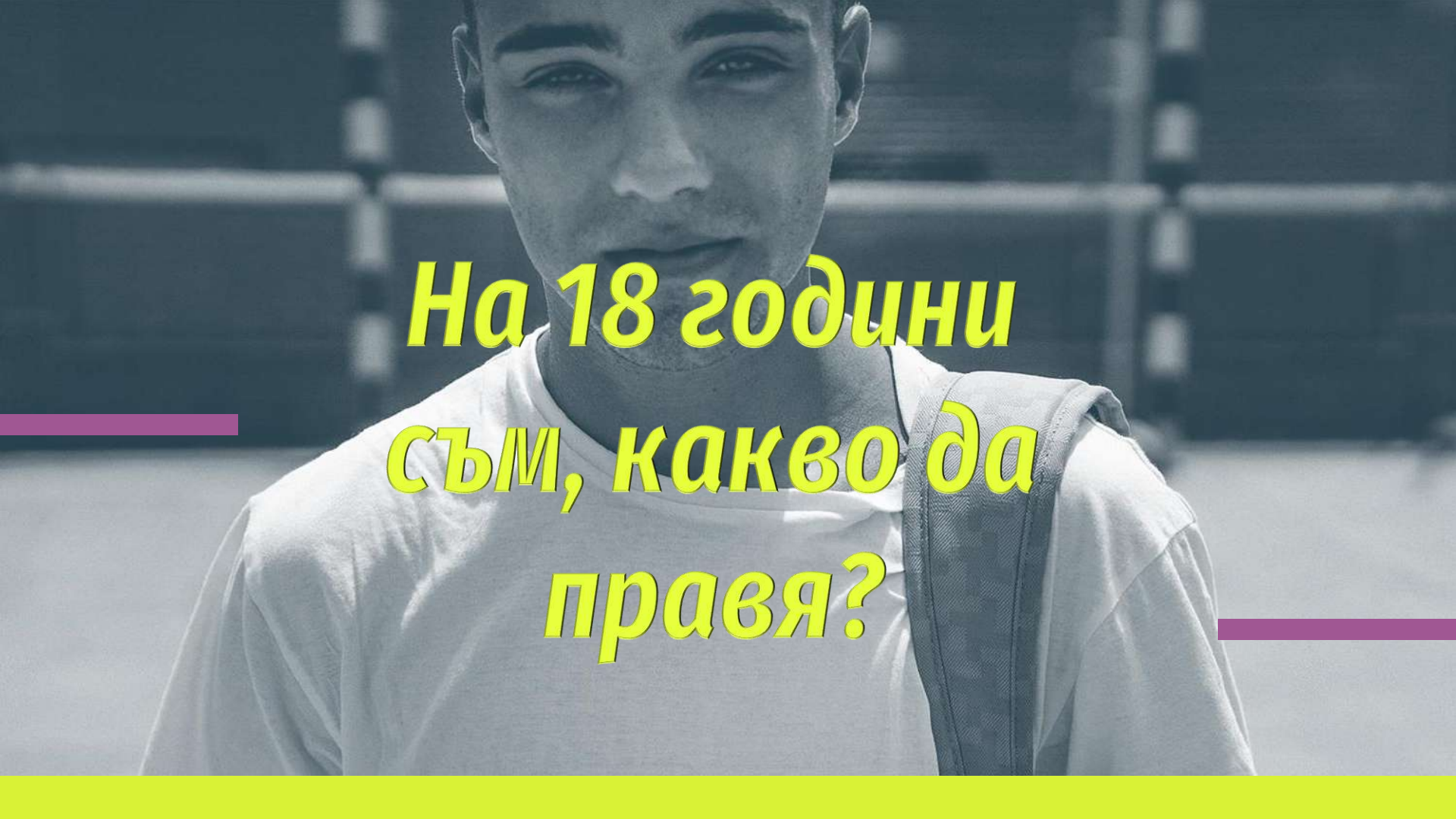


A young man with dark hair and a slight smile, wearing a white t-shirt and a backpack, stands in front of a blurred background of what appears to be stadium seating. The image is in a desaturated, blue-toned style. Two horizontal purple bars are positioned on the left and right sides of the image, partially obscured by the text.

**На 18 години
съм, какво да
правя?**

Съдържание:

1. Източници и ресурси за кариерна информация – **Свилена Иванова**, Средно училище “Димчо Дебелянов”, гр. Варна
2. Какво ще правя? – **Ноя Лилова**, Средно училище “Димитър Благоев”, гр. Провадия
3. Дървото на кариерното ориентиране-**Теодора Иванова**, Професионална техническа гимназия, гр. Варна
4. Насоки от Бюрото по труда – **Анестина Левенова**, ЧСУ “Юрий Гагарин”, к.к.“Камчия“; **Атанас Панайотов**, ВМГ “Свети Николай Чудотворец, гр. Варна
5. Грешки, които никога да не допускаме - **Нелина Иванова**, СУ “П. Кр. Яворов“, гр. Варна





Източници и ресурси за кариерна информация

Когато търсим работа, изключително важно е да използваме разнообразни източници за кариерна информация.

□ *Кариерните центрове* са основен източник на професиите. Срещата с кариерен консултант може да ни помогне да определим нашите интереси и умения, които притежаваме.



Кариерните консултанти са професионалисти, обучени да помагат на своите клиенти да открият своето професионално призвание. Те биха ни помогнали да разберем какво искаме да правим и коя сфера отговаря на нашите интереси, ценности, характер и силни страни.

Личните контакти в семейството и приятелите могат да бъдат полезен източник на информация. Сред познатите на приятелите ни може да има хора, които упражняват конкретна професия и които да ни дадат ценни съвети какво образование е необходимо за кандидатстване, какво ще се хареса на работодателите и какви действия да избягваме.

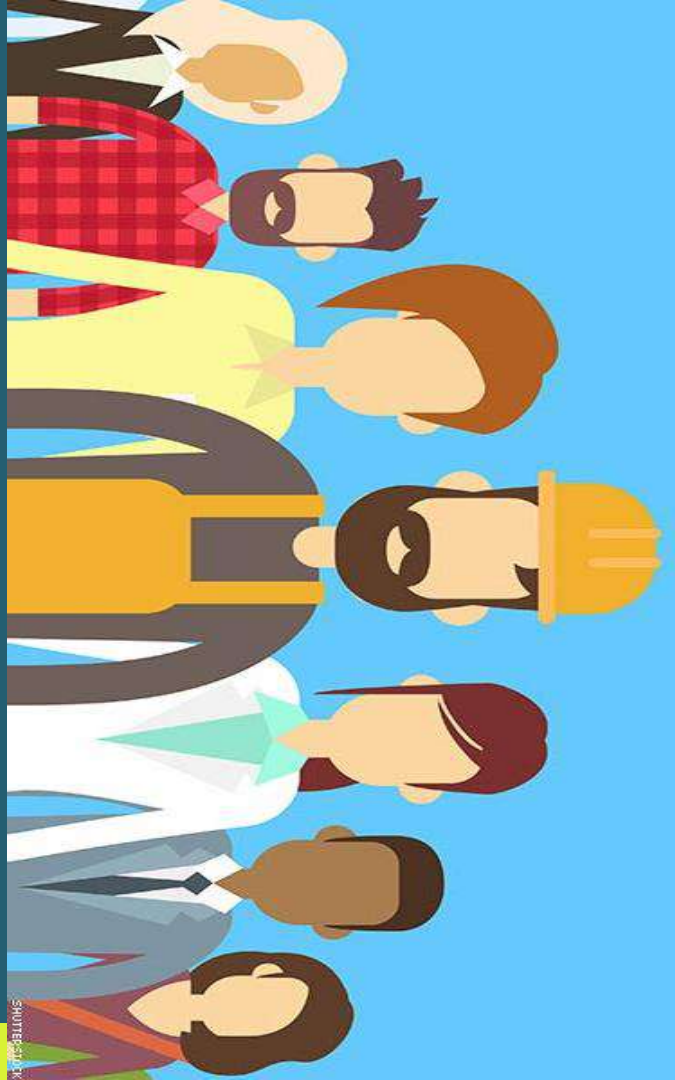


Областните градове имат Центрове за кариерно ориентиране, където работят кариерни консултанти. Националният портал за кариерно ориентиране на Министерството на образованието и науката предоставя информация за специалностите, които се изучават в университетите в България.

Интернет се превърна през последните години в основен източник на информация. Хората постоянно търсят работа чрез сайтове с обяви за работни места и стажове в България и по света. Те също търсят и съвети в помощ на кандидатстване, информация на нивата за заплащане и т.н.

Бюрата по труда към Държавната агенция по заетостта и частните агенции са изключително полезни източници на информация.

Днешно време хората не се интересуват толкова много от печатни издания. Проблемът при тези източници е, че те не включват достатъчно подробности за фирмите, за спецификата на работните места и заплащането.



Какво ще правя?

На всеки му е труден изборът за кандидатстване след 12-ти клас във висше учебно заведение. Изникват въпроси като: „Какво искам да уча?“, „Какво искам да работя?“, „Дали ще се справя?“

За нашия избор могат да ни помогнат специалисти по кариерно ориентиране. Но преди те да ни дадат насоки, е хубаво да имаме представа с какво искаме да се занимаваме.





Още в самото начало е хубаво да обърнем внимание на нашите хобита и интереси и да решим дали искаме да ни бъдат бъдеща професия. Да видим дали ни влекат повече природни науки, или хуманитарни. Така по-лесно ще се насочим към дадената сфера, която ни харесва.

Друг начин, който би ни помогнал, е тест за кариерно ориентиране. Но той не ни дава конкретен отговор на въпроса „Коя специалност да завършим?“, а ни насочва към някоя сфера. Например : социална, икономическа, политическа и д.р.

Дървото на кариерното ориентиране

Разбира се, това не е достатъчно, за да бъдем насочени и добре ориентирани. Така нареченият Аз играе важна роля в правилната ни преценка. Той е физически и емоционален, но за да вникнем по-надълбоко и да разберем важността от познанието му, Аз-ът бива нашите ценности, потенциал, стремежи и ресурси. Всяка една от тези категории, разгледана поотделно, би ни била в помощ да бъдем по-наясно с възможностите си в предстоящите избори. Ако погледнем накратко нашия живот в сферата на професионалната реализация, той би бил едно дърво.



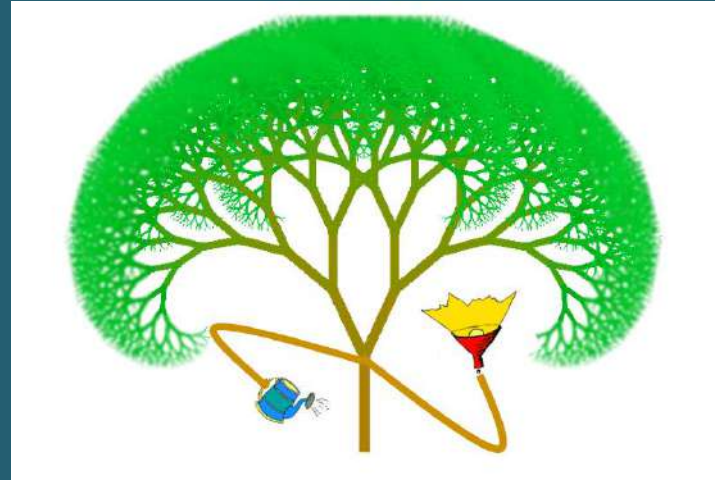
А какво са те?

Те са общо казано 11-те зони в кариерното ориентиране, по които да се насочим чрез тест (биват природна, дигитална, хуманитарна и др.).

Съвсем скромно си представяме, че едно дърво има основни 11 клона - именно тези зони. Когато си наясно със своя Аз, ти преминаваш към един от тези клони, където биваш ориентиран.

Следва усилията, полагани за този клон, да дадат плодове, а именно листата са символ на тези действия по избраната от нас сфера. Както на всяко дърво, целта му е да даде плод. И ето, плодовете са символ на това, с което допринасяме към стремежа ни да бъдем добри в това, което правим.

В дълбочина, а именно където са корените, където сме и самите ние (Аз-ът), за когото говорихме, че е разделен на четири основи. След началото, даващо старта, идва и стеблото - то се състои от нашите цели. А именно желанието, знанието и увереността в способностите ни. Този етап е различен за всеки, разбира се и понякога стеблото може дълго да израсне, особено ако човек е в търсене и опитване на различни дейности. След като стеблото е достигнало нужните размери, идва ред и на самите клони.



Но да подчертаем нещо важно - стремежът ни в успех идва тогава, когато желанието присъства. Има много примери за деца, които се чувстват длъжни да учат избраното от техните родители, но това невинаги им носи удовлетворение и интерес в тази област. Затова е важно да сме кариерно ориентирани и целеустремени към плода на успеха.

РЕЗУЛТАТИ

Моите таланти и заложби

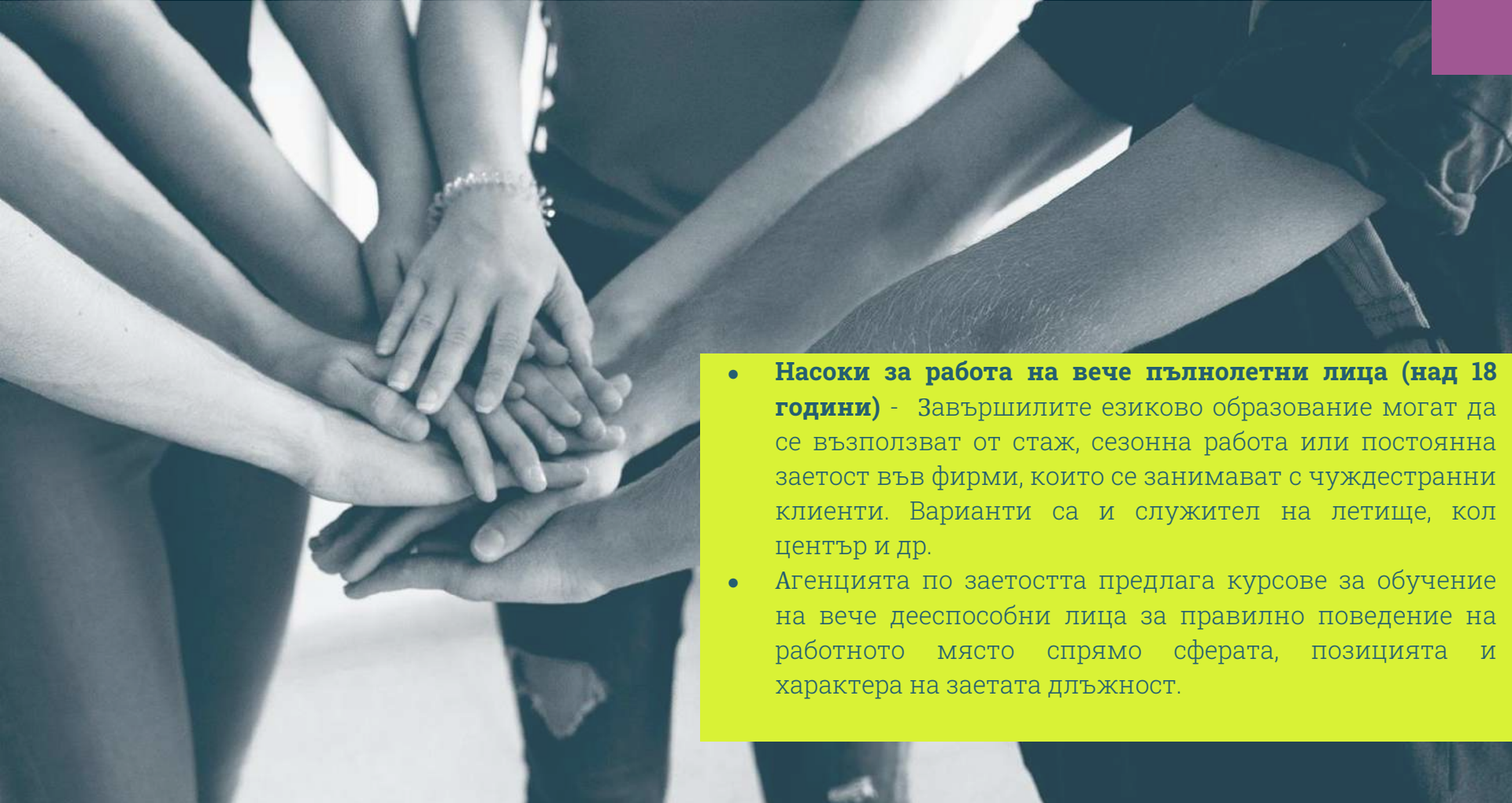
Запиши резултата за всяка ЗОНА.

ЗОНА 1	ЕЗИКОВИ	<u>19</u> т.
(примерни професии: писател, издател, сценарист, блогър, журналист, PR експерт, преводач, копирайтер, създател на текстове за песни и др.)		
ЗОНА 2	МУЗИКАЛНИ	<u>7</u> т.
(примерни професии: музикант, певец / изпълнител, DJ, диригент, композитор, токрежисьор и др.)		
ЗОНА 3	ДВИГАТЕЛНИ	<u>16</u> т.
(примерни професии: спортист, треньор, фитнес инструктор, йога инструктор, диетолог, спортист - екстремни спортове, кинезитерапевт, масажист, танцьор, хореограф, треньор по бойни изкуства и др.)		
ЗОНА 4	ЛОГИЧЕСКИ	<u>15</u> т.
(примерни професии: математик, програмист, програмист роботика, финансист, мениджър, химик, физик, биолог, лекар, медицинска сестра, фармацевт и др.)		
ЗОНА 5	ДИГИТАЛНИ	<u>0</u> т.
(примерни професии: създател на приложения, специалист бази данни, специалист мрежи, специалист дигитален маркетинг, специалист реклама, уеб дизайнер, програмист и др.)		
ЗОНА 6	ВИЗУАЛНИ	<u>15</u> т.
(примерни професии: моден дизайнер, аниматор, илюстратор, гримьор, фризьор, художник, скулптор, интериорен дизайнер, фотограф, графичен дизайнер, уеб дизайнер и др.)		
ЗОНА 7	РАБОТА С ХОРА	<u>19</u> т.
(примерни професии: психолог/терапевт, коуч, обучител, учител, експерт човешки ресурси, мениджър на екипи, проектен мениджър, експерт продажби, политик, сервитьор, експерт обслужване на клиенти и др.)		
ЗОНА 8	ХУМАНИТАРНИ	<u>14</u> т.
(примерни професии: философ, историк, географ, археолог, социолог, специалист околна среда и др.)		
ЗОНА 9	СЦЕНИЧНИ	<u>10</u> т.
(примерни професии: презентатор, актьор, комик, блогър, инфлуенсър и др.)		
ЗОНА 10	ТЕХНИЧЕСКИ	<u>6</u> т.
(примерни професии: инженер, техник прецизна техника, техник компютърни системи, механик и др.)		
ЗОНА 11	ПРИРОДНИ	<u>10</u> т.
(примерни професии: ветеринар, биолог, химик, специалист околна среда и др.)		

Насоки от Бюрото по труда

- **Насоки за работа на лица от 16- до 18-годишна възраст** - Сезонна заетост е особено разпространена. Пример е заетостта в заведения като обслужващ персонал или друга дневна ангажираност - максимално до 4 часа след съгласието и завършеното оформяне на нужната документация за целта.
- Бюрото по труда съдейства, като прокарва връзка между работодателите, предлагащи подходящи условия за конкретния тип възрастова група, и търсещите работа. Учениците от професионални гимназии най-често се възползват от този тип връзка, за да провеждат задължителните си практически занятия на съответното място.





- **Насоки за работа на вече пълнолетни лица (над 18 години)** - Завършилите езиково образование могат да се възползват от стаж, сезонна работа или постоянна заетост във фирми, които се занимават с чуждестранни клиенти. Варианти са и служител на летище, кол център и др.
- Агенцията по заетостта предлага курсове за обучение на вече дееспособни лица за правилно поведение на работното място спрямо сферата, позицията и характера на заетата длъжност.

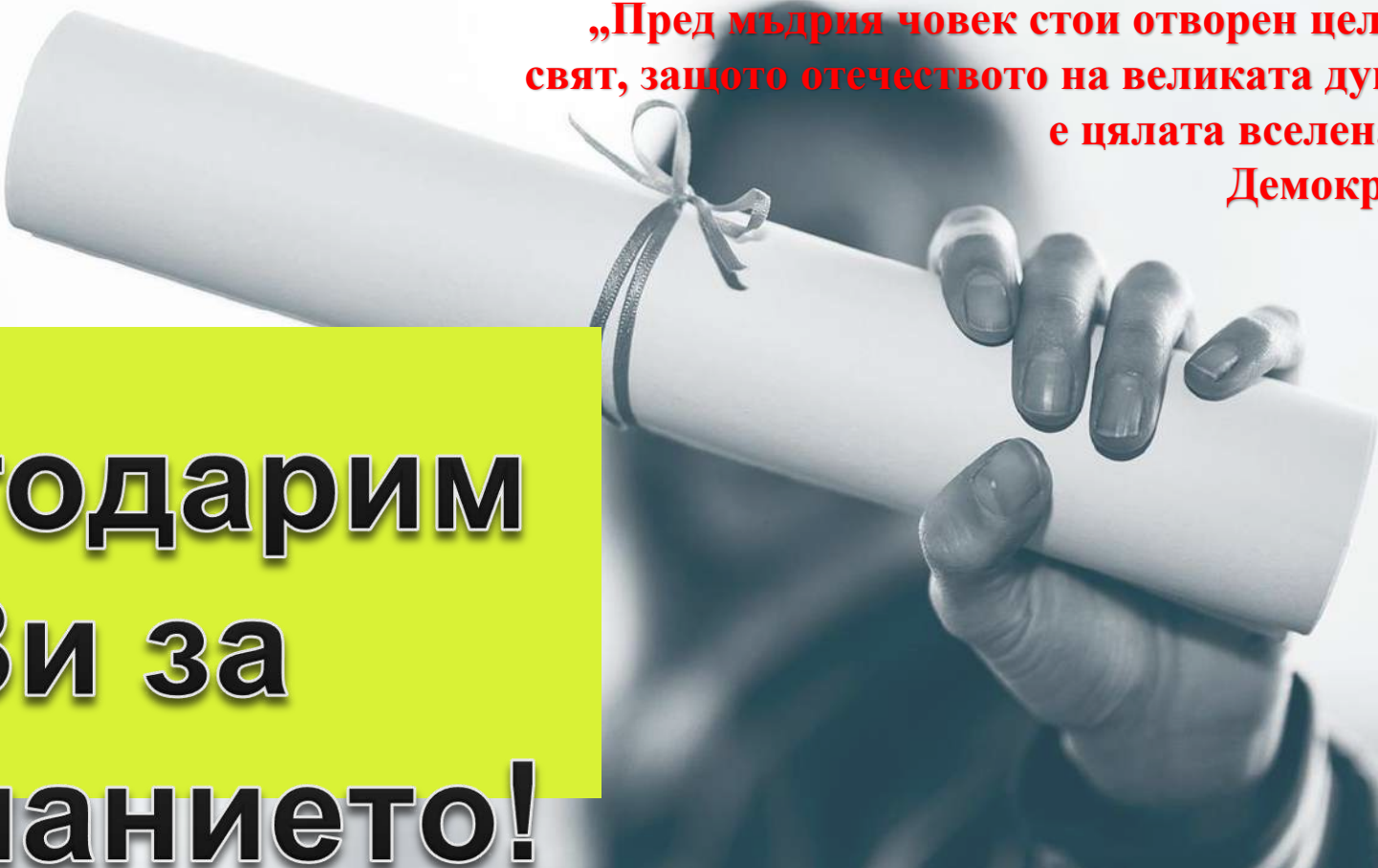
Грешки, които никога да НЕ допускаме

Както видяхме в предното проучване в Бюрото по труд, можем да започнем работа от 16-годишни. Не и по-рано. Не бива да се подлъгваме по думите на някои работодатели, които казват, че не е проблем да работиш под 16. Не, проблем е. И то голям. Най-често на младежите под 16 им казват, че ще работят без договор. Не правете тази грешка, защото най-вероятно няма да ви платят и няма как да докажете, че сте работили.



Когато вече станем на 16 и имаме законното право да работим (разбира се, с разрешението на родителите ни), също трябва да внимаваме. Отново има работодатели, които ще искат да работите на 8 часа. Но вие трябва да знаете своите права и възможности.





„Пред мъдрия човек стои отворен целия свят, защото отечеството на великата душа е цялата вселена.“
Демокрит

**Благодарим
Ви за
вниманието!**