

GHID GRATUIT



Eu ce fac după ce termin liceul?

Primul pas

Descoperă-ți punctele forte și fă următorul pas în educația și cariera ta. Un ghid practic pentru a te cunoaște mai bine și a obține mai multă claritate

@andraolaru.coach



Bună, eu sunt Andra



Dacă citești asta, probabil te confrunți cu cea mai mare dilemă a liceului: Ce fac după terminarea clasei a XII-a?

Te înțeleg perfect, fiindcă am trecut și eu prin asta. În plus, majoritatea liceenilor cu care lucrez se blochează în același punct: fie nu știu ce li se potrivește, fie sunt nehotărâți, au mai multe opțiuni de profesie în minte și nu se pot decide ce drum să urmeze.

Vestea bună? Există un sistem simplu în 3 pași care te poate ajuta să îți găsești drumul.

- ◆ Cine sunt eu? – Descoperi aptitudinile și înțelegi ce te motivează cu adevărat
- ◆ Ce profesie mi se potrivește? – analizezi opțiunile de carieră și să vezi care se potrivesc cu personalitatea ta
- ◆ Cum ajung acolo? – faci un plan concret cu pași realizabili pentru următorul an

În ghidul ăsta, ne concentrăm pe primul pas – cel mai important și cel pe care majoritatea îl sar. Pentru că dacă nu te cunoști pe tine, cum să știi ce carieră ți se potrivește?

PASUL 1

Cine sunt eu?

Majoritatea persoanelor aleg cariera greșită pentru că nu știu ce le pasionează, ce calități și abilități au și care le sunt valorile.

Și nu e vina lor.

Sistemul educațional te învață să memorezi formule și să dai răspunsurile considerate de alții corecte.

Dar nimeni nu te întreabă niciodată: 'Tu cine ești cu adevărat și ce îți dorești?'

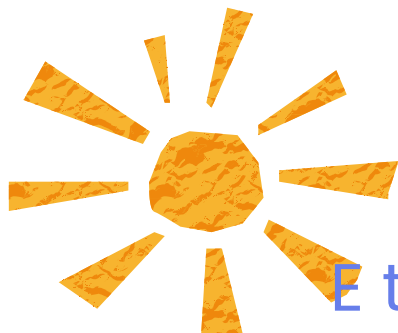
Rezultatul? Ajungi în clasa a XII-a și realizezi că nu îți dai seama la ce te pricepi cu adevărat, ce te motivează sau ce te face să te simți împlinit(ă).

Știi că îți place să te uiți la filme, dar nu știi dacă ți-ar plăcea să lucrezi în industria filmului.

Știi că îți place să stai cu prietenii, dar nu știi dacă asta înseamnă că ai abilități sociale pe care le-ai putea folosi într-o carieră.

Confuziile astea sunt normale. Dar ele te fac să alegi facultatea sau cariera pe criterii care nu au legătură cu cine ești tu: ce vor părinții, ce 'se câștigă bine', ce aleg prietenii tăi.

De asta prima întrebare pe care trebuie să ți-o pui nu e 'Ce carieră vreau?' ci 'Cine sunt eu cu adevărat?'



E timpul pentru un exercițiu

Completează minim 3 răspunsuri pentru fiecare categorie

Activități care mă fac să mă simt în elementul meu	
Activități sau situații unde mă descurc mai bine decât alții	
Activități care îmi dau energie și satisfacție	
Activități sau situații unde mă descurc cu ușurință	
Aspecte pentru care primesc complimente	
Calități care m-au ajutat să obțin reușite în trecut	
Calități care m-au ajutat să depășesc obstacole în trecut	
Activități sau situații unde mi se cere ajutorul	
Calități pentru care prietenii mă apreciază	
Din materiile sau proiectele preferate am învățat să	

Hai să explorăm mai în profunzime

Completează afirmațiile – bifează “Da” sau “NU”

01	Mă atrag domeniile în permanență schimbare și inovație	DA ☐	NU ☐
02	Mă simt confortabil să lucrez sub presiune	DA ☐	NU ☐
03	Mă simt confortabil să lucrez în echipă și să colaborez cu alții	DA ☐	NU ☐
04	Prefer să lucrez într-un mediu liniștit, fără întreruperi	DA ☐	NU ☐
05	Prefer să am un program de lucru stabil și predictibil în loc de unul dinamic/flexibil	DA ☐	NU ☐
06	Mă simt confortabil să rezolv probleme complexe și să explorez idei noi	DA ☐	NU ☐
07	Îmi place să lucrez cu numere, seturi de date	DA ☐	NU ☐
08	Creativitatea și arta trebuie să facă parte din munca mea	DA ☐	NU ☐

09	Mișcarea și activitățile sportive sunt un element esențial din viața mea	DA ☐	NU ☐
10	Pot și vreau să-mi asum riscuri și să iau decizii dificile	DA ☐	NU ☐
11	Mă văd mai degrabă salariat decât liber profesionist	DA ☐	NU ☐
12	Îmi place să lucrez cu oamenii și să îi sprijin	DA ☐	NU ☐
13	Prefer să lucrez într-un mediu unde nu am responsabilități prea mari și nu mă stresez	DA ☐	NU ☐
14	Îmi place să vorbesc în public și să țin prezentări/discursuri	DA ☐	NU ☐
15	Prefer ca munca mea să aibă un impact social sau comunitar pozitiv	DA ☐	NU ☐
16	Tehnologia face parte din viața mea și sunt mereu la curent cu ce e nou	DA ☐	NU ☐

Ce ai descoperit despre tine? Dacă ar fi să numești 5 calități pe care le poți deduce pe baza celor 2 exerciții, care ar fi acelea?

Cum te simți după ce ai completat exercițiile?

Poate ai descoperit lucruri noi despre tine. Sau poate realizezi că e mai complicat decât părea la prima vedere.

Sau, dimpotrivă, nu e nimic nou, ți-ai confirmat ce știai despre tine.

Dacă te gândești 'OK, acum ce fac cu informațiile astea?', te înțeleg perfect.

Exercițiile de mai sus sunt doar începutul procesului de autocunoaștere.

În Modulul 1 din programul online explorăm mult mai în profunzime cine ești tu:

- folosim instrumente profe precum testul Holland care îți arată conexiunile dintre personalitatea ta și meseriile compatibile
- afli care este zona ta de geniu
- primești feedback live de la mine și de la alți tineri care trec prin același proces
- afli cum să îți transformi calitățile în opțiuni concrete de carieră

Următorii pași

Ce facem după ce ți-e foarte clar ce calități, aptitudini, valori și zona de geniu ai? Păi:

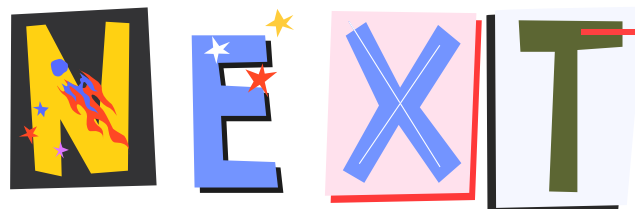
În pasul 2 răspunzi la întrebarea Ce profesie mi se potrivește? Aici luăm profesiile care te interesează și le analizezi conform unui plan care te va ajuta să-ți clarifici ce direcție e mai bună pentru tine

Apoi, în pasul 3 răspunzi la întrebarea Cum ajung acolo? Te susțin să transformi dorința ta într-un plan concret cu pași realizabili pentru următorii ani.

Cei doi pași îi poți face pe cont propriu prin research și mult timp petrecut pe internet.

Sau poți să îi faci alături de mine și de alți liceeni care au aceleași întrebări ca tine, într-un mediu ghidat și prietenos.

Asta facem la Programul online de Orientare în Carieră



Ce spun alți participanți

100% momentul in care studiam veniturile active si veniturile pasive, in ciuda viselor mele nerealiste m a ajutat maxim sa mi dau seama cam cum sta treaba cu piata muncii defapt

Pentru mine cel mai util lucru a fost acela de a-mi calcula cum trebuie să-mi împart cheltuielile pe care trebuie să le acopăr din salariu.

După aceste sesiuni am descoperit că sunt o persoană calmă, punctuală, răbdătoare. Despre direcția mea am înțelesul că va trebui niște demersuri mai ample pentru a-mi atinge obiectivul mult dorit.

Le-as spune ca acest curs e perfect pentru persoanele care nu au idee de unde sa inceapa ca sa-si construiasca cariera. E de asemenea un curs foarte bun care te face sa-ti intelegi propriile valori.

M-a ajutat sa disting intre pasiunile care ereau mai degraba "hobbyuri" si cele care puteau fi profitabile.

Programul este foarte bine structurat. Pune intrebari pe care, in mod normal,avem tendinta sa le evitam, dar care sunt extrem de bune pentru a obtine claritate si a indentifica urmatorii pasi in viata

Hai să continuăm împreună

Dacă vrei să afli mai multe despre programul online de orientare în carieră, găsești mai multe detalii aici:

www.teens.andraolaru.com

Dacă ai întrebări, scrie-mi și răspund cu drag pe Insta sau pe email la **andra@andraolaru.com**

M-aș bucura să îmi spui cum a fost pentru tine acest ghid și ce ai aflat!

Mă găsești pe Insta pe **@andraolaru.coach**

P.S. Chiar dacă decizi să nu participi la program, cel mai important e să ACȚIONEZI

Curajul de a face primul pas e tot ce ai nevoie ca să îți schimbi viitorul.

P.P.S. Dacă ghidul ăsta ți-a fost util, trimite-l și prietenilor