

Įrankių rinkinys tarptautinių kompetencijų pripažinimui

Profesinių mokyklų studentams

- **PRIPAŽINKITE KOMPETENCIJAS DARBO PAIEŠKOS PROCESĖ**

Šiandienos darbo rinka reikalauja smalsių, atsparių stresui ir produktyvių darbuotojų. Žmonės įgyja kompetencijas įvairiausiais būdais, kartais net sąmoningai nesuvokdami, kad tai daro. Kai kurios jūsų kompetencijos darbo paieškos procese gali būti nesunkiai nublėptos nuo darbdavio.

Šiame leidinyje pateikiami pavyzdžiai, kurie padės apibūdinti jūsų kompetencijas, ypač tarptautiniame kontekste. Pavyzdžiui, kokias kompetencijas jūs įgijote atlikdami praktiką ar stažuotės užsienyje metu? Trumpo paminėjimo, jog stažuotės užsienyje nepakanka; darbdavys norėtų žinoti daugiau apie jūsų kompetencijas.

Klausimai ir pavyzdžiai šiame rinkinyje padalinti į skirtingas kategorijas. Jie suteiks jums daugiau idėjų bet kuriam darbo paieškos proceso etapui: kai rengiate CV, siunčiate laišką ar rengiatės darbo pokalbiui. Atminkite, jog tarptautinės patirties galite įgyti ir būdami savo šalyje – interneto pagalba taip pat!

TOLIMESNĖ INFORMACIJA APIE PASLĖPTĄSIAS KOMPETENCIJAS

Ši medžiaga paremta projekto CIMO ir Demos Helsinko tyrimu, kuriame buvo analizuota tarptautinės patirties svarba visuomenei ir darbo rinkai. Daugiau informacijos galite rasti tinklalapyje www.cimo.fi | Services | Publications | Fakta - Facts and figures 1/2014: Hidden Competences

- **TINKAMO LAIŠKO DARBDAVIUI PARENGIMAS**

- Identifikuokite raktinius žodžius, geriausiai atspindinčius jūsų kompetencijas, įgūdžius ir patirtis.
- Atidžiai pasvarstykite, kokią žinutę norite perteikti potencialiam darbdaviui
- Skirtingais būdais papasakokite darbdaviui apie savo tarptautinius įgūdžius ir paslėptąsias kompetencijas (smalsumą, atsparumą stresui, produktyvumą)
- Atskleiskite savo asmenybę, entuziazmą ir motyvaciją.

- Apibūdinkite savo kompetencijas per konkrečius pavyzdžius.
- Papasakokite apie turėtą darbinę patirtį, ką jūs dirbote, kokie jūsų pasiekimai. Jei galite – apibūdinkite savo atsakomybes ir pasiektus rezultatus. Tai padės darbdaviui lengviau patikėti, jog galite pasiekti rezultatų ir būsimate darbe.
- Atsargiai naudokite žodžių trumpinius.
- Naudokite aktyvias žodžių formas: aš vadovavau, aš sukūriau, aš buvau atsakingas ir pan.
- Įsitikinkite, kad jūsų laiškas ir CV atitinka darbo skelbimą.

- **BENDRIEJI ĮGŪDŽIAI**

- Kokį poveikį jūsų tarptautinė patirtis ar jūsų pomėgiai padarė jūsų kompetencijoms? Pateikite savo patirties pavyzdžius.
- Kokius naujus požiūrius ar kompetencijas įgijote stažuotės užsienyje metu ar užsiimdami savo pomėgiais? Kaip galėtumėte juos panaudoti darbe?
- Kaip jūsų tarptautinė patirtis ar pomėgiai padėjo tobulinti jums paslėptąsias kompetencijas, tokias kaip smalsumas, atsparumas stresui, produktyvumas?

„Mano mokymosi darbo vietoje Švedijos įmonėje patirtis padėjo sustiprinti kalbų įgūdžius, ypač su darbu susijusios terminologijos. Taip pat aš supratau, kurioje konkrečioje srityje noriu specializuotis, išmokau naujų darbo metodų.“

„Mokymosi „Nordjob“ Norvegijoje metu aš išmokau vadovauti kitos kultūros žmonėms užsienio kalba. Geriau pažinau savo kolegas bei įgijau vertingos socialinio darbo patirties.“

Nuolatinės treniruotės man padėjo tapti atsparesnius stresui ir ryžtingesniu. Aš nuolatos stengiuosi tobulėti ir siekti vis daugiau bei atkakliai ir tikslingai siekiu užsibrėžtų tikslų.“

Mano studijų užsienyje dėka aš ėmiau labiau pasitikėti savimi, tapau lankstesnis ir lengviau priimu naujus iššūkius. Šios patirties dėka tapau iniciatyvesnis ir gebu lengviau priimti sprendimus.“

- **KOMUNIKACINIAI IR TARPASMENINIAI ĮGŪDŽIAI**

- Kaip tarptautinė patirties, pomėgiai ar naudojimas socialiniais tinklais padėjo stiprinti jūsų tarpasmeninius gebėjimus? Pateikite pavyzdžius.
- Kaip tarptautinė patirtis ar pomėgiai sustiprino jūsų domėjimąsi tarptautinėmis žiniasklaidos priemonėmis? Kokius tarptautinius laikraščius, naujienų portalus ar blogus prenumeruojate, skaitote? Kaip tai galėtų jums padėti kandidatuojuant į konkrečią darbo poziciją?
- Kaip dalyvaujate socialiniuose tinkluose ar virtualiose bendruomenėse? Kaip tai padėjo jums tobulėti kaip asmenybei bei stiprinti jūsų kompetencijas?

„Kalbų kursų užsienyje metu aš dirbau su tarpkultūrine studentų grupe, kurioje buvo studentai iš įvairių pasaulio regionų, pvz., Azijos, Italijos. Išmokau dirbti su skirtingų kultūrų žmonėmis ir aiškiai reikšti savo mintis anglų kalba.“

„Mokymosi darbo vietoje Vokietijoje metu išmokau drąsaus pokalbio kultūros, klausinėjimo bei diskutavimo, taip pat išmokau atkakliai dirbti siekiant tikslo.“

„Esu įpratęs palaikyti ryšį su draugais užsienyje įvairių programų ir socialinių tinklų, pvz., Skype ar Facebook pagalba. Gerai žinau skirtingų programų komunikavimo būdus ir reikalavimus. Todėl man nėra sudėtinga dirbti su tarptautinėmis komandomis, kai jų nariai yra išsibarstę visame pasaulyje.“

„Aš aktyviai naudoju skirtingus komunikacijos socialiniuose tinkluose kanalus. Jų dėka aš gaunu naujausią informaciją apie mane dominančios srities tendencijas. Galiu efektyviai naudoti socialinius tinklus bendraudamas su klientais.“

- **DARBO KOMANDOJE IR LYDERYSTĖS ĮGŪDŽIAI**

- Ko išmokote dirbdami tarpkultūrinėje komandoje ar aplinkoje? Pavyzdžiui, darbo komandoje įgūdžių, profesinių įgūdžių, efektyvumo, problemų sprendimo, kūrybingumo ir kultūrinių patirčių.
- Ar dirbote tarpkultūrinėse komandose savo šalyje, o galbūt virtualiai? Pavyzdžiui, dalyvavote virtualiuose žaidimuose ar diskusijų grupėse? Kokias kompetencijas įgijote?
- Kaip jūs elgiatės tarpkultūrinėje komandoje ar tarptautinėse situacijose, pavyzdžiui, studijų metu? Kokį poveikį skirtingos veiklos padarė jūsų kompetencijoms? Kokiose veiklose jums geriausiai sekėsi?

„Studijų ir ypač darbo užsienyje metu geriau pažinau savo asmenybę, sustiprinau pasitikėjimą savimi ir smalsumą. Praktikos užsienyje metu (Madride) užmezgiau naudingus kontaktus ir išmokau tinklaveikos.“

„Ilgą laiką žaidžiau ledo ritulį. Žaidimas komandoje sustiprino mano komandinius įgūdžius. Mūsų komanda tarptautinė ir parastai bendraujame užsienio kalba.“

„Mano pomėgiai yra krepšinis, taip pat aš esu skautas. Išmokau vadovauti komandai, dalintis atsakomybe, sukurti gerą komandos mikroklimatą ir būti atsakingu komandos lyderiu.“

„Mano pomėgis yra teatras. Išmokau darbo komandos įgūdžių, taip pat išreikšti save ir prisitaikyti prie skirtingų vaidmenų. Tai bus labai naudinga darbe, kuriame reikalingas lankstumas ir gebėjimas prisitaikyti.“

- **SPECIFINIAI KONKREČIOS SRITIES ĮGŪDŽIAI**

- Kaip tarptautinė patirtis ir pomėgiai padėjo jums sustiprinti ryšius su darbo rinka ir jūsų srities profesionalais? Kokius ryšius užmezgėte?
- Ar turite pomėgių, kurie nesusiję su studijų sritimi (pvz., žaidimai, blogo rašymas, sportas, tarptautinių žiniasklaidos priemonių sekimas ir dalinimasis). Kokius įgūdžius ar žinias įgijote ar sustiprinote šiuo būdu?
- Kokius specifinius konkrečios srities įgūdžius įgijote stažuotės metu ar užsiimdamas pomėgiais? Kaip galite juos panaudoti darbe, į kurį kandidatuojate?
- Kaip jūsų pomėgiai, darbas ar studijos padeda sekti pasaulines naujienas, tendencijas ar iššūkius? Kokie jie? Kaip galite panaudoti šias žinias savo darbe?

„Stazuotės metu man pavyko išplėsti savo kontaktų tinklą, papildant jį kontaktais iš tos šalies, kurioje stažavausi. Taip pat užmezgiau kontaktus su vietos studentais ir kitais besimokančiais. Tikiuosi, jog šie kontaktai bus naudingi ir man grįžus namo.“

„Esu aktyvus studentų sąjungos narys ir palaikau labai gerus ryšius su savo studijų srities studentais. Studentų sąjungoje esu atsakingas už finansus, tad išmokau ne tik apskaitos, bet ir atsakomybės prisiėmimo, laiko valdymo bei prioritetų nustatymo.“

„Ilgą laiką žaidžiau tinklinį, sukaupiau daug verslo įmonių ir organizacijų kontaktų. Buvau atsakingas už finansavimo paiešką komandai ir žinau, kaip pildyti finansavimo paraiškas, planuoti būsimus projektus ir užtikrinti tęstinį finansavimą.“

„Stażuotės Prancūzijos restorane metu išmokau ruošti naujus patiekalus iš vietinių produktų, sužinojau apie vietos vynus. Taip pat susipažinau su naujomis technikomis, išmokau šios srities terminologijos prancūzų kalba. Daug sužinojau apie prancūzų maisto gamybos kultūrą, darbo teisę, darbo saugos taisykles. Galėsiu taikyti šias žinias ir panaudoti šiuos įgūdžius grįžęs į savo šalį.“

- **IKT įgūdžiai**

- Kokius IKT įgūdžius naudojote stažuotės metu? Kokių naujų gerųjų praktikų išmokote?
- Kokias IKT programas naudojote kasdien? Kaip galėtume šias žinias pritaikyti ir panaudoti būsimame darbe? Kokias paslėptąsias kompetencijas įgijote?

„Mano IKT gebėjimai puikūs. Stažuotės metu be tradicinių MS Office programų naudojausi nuotraukų redagavimo programomis ir sistemomis, kurios reikalingos žurnalo leidybai.“

„Ieškodamas informacijos taip pat naudoju ir užsienio internetinius šaltinius. Nauji veiklos modeliai ir praktikos dažnai užtrunka, kol imamos taikyti mano šalyje, todėl nuolat seku tarptautines diskusijas savo srityje naudodamasis tarptautinėmis žiniasklaidos priemonėmis.“

„Stażuotės metu nuolat rašiau tinklaraštį apie savo patirtį ir apie prisitaikymą prie kitokios kultūros. Taip pat aktyviai naudojausi socialiniais tinklais, pvz., Twitter, Instagram, tad mokėčiau juos naudoti rinkodaros tikslais.“