



## Pārbaudiet savu profesionālo piemērotību

Metodika paredzēta dažāda veida profesiju izvēlei, atbilstoši indivīda interesēm. To var izmantot karjeras atbalstam jauniešiem un pieaugušajiem.

Respondentam ir jāizvēlas tikai viens aktivitātes veids no katra no 20 piedāvāto aktivitāšu pāriem un jāievieto „+” vai „-” zīme attiecīgajā atbilžu šūnā. Skatīšanās laiks nav ierobežots. Tomēr par jautājumiem nevajadzētu ilgi domāt. Tests parasti aizņem 20-30 minūtes. To var izmantot individuāli un grupās.

### Instrukcija

Lūdzu, rūpīgi izlasi aprakstus un vispirms izvēlies sev vēlamāko profesionālās aktivitātes veidu no ailes. Tad novērtē abus aktivitātes veidus, izmantojot norādītos simbolus:

+++ ja tev patiešām ļoti patīk

++ ja tev tas noteikti patīk

+ ja tev patīk vairāk nekā nepatīk

– ja tev tas nepatīk

– – ja tev tas noteikti nepatīk

– – – ja tev tas nemaz nepatīk.

Aprakstu vērtējumiem pārī nav jāsakrīt. Turklāt abi vērtējumi var būt gan negatīvi, gan pozitīvi. Apraksta atzīmes tiek ievadītas atbilžu lapā šūnās ar atbilstošiem cipariem.

Atbildot, aizpildi 1. tabulu, atzīmējot atbilstošo izvēli “-” vai “+”. Pēc tam pārnes visus “+” un “-” no 1. tabulas uz 2. tabulu. Aprēķini, cik “+” un “-” tev ir zem katras 2. tabulas kolonnas. Dominējošais skaitlis “+” parādīs, kāda veida profesionālā darbība tev vislabāk atbilst.



## Tests

Es dodu priekšroku:

1a. Rūpēm par dzīvniekiem	1b. Mašīnu, instrumentu, instrumentu apkalpošanai (to apkalpošanai, regulēšanai)
2a. Slimnieku aprūpei	2b. Tabulu, diagrammu, dokumentu sastādīšanai datorā
3a. Ilustrāciju kvalitātes pārbaudei grāmatās, plakātos, mākslinieciskajās pastkartēs, brošūrās	3b. Augu stāvokļa un attīstības uzraudzībai
4a. Apstrādes materiāliem (kokam, saplāksnim, metālam, plastmasai utt.)	4b. Preču piegādei patērētājam, reklāmai, piedāvāšanai un pārdošanai
5a. Populārzinātnisko grāmatu, rakstu apspriešanai	5b. Diskusijām par mākslinieciskām grāmatām (vai lugām, koncertiem)
6a. Rūpēm par jauniem dzīvniekiem (jebkuras šķirnes dzīvniekiem)	6b. Citu (arī jauniešu) mācīšanai veikt dažādas darbības (darbā, izglītībā, sportā)
7a. Zīmējumu, attēlu kopēšanai (vai mūzikas instrumentu pielāgošanai)	7b. Dažādu transporta līdzekļu vadīšanai (celšanai, transportēšanai) – celtņi, traktori, autokrāvēji u.c.
8a. Dažādu sadzīves priekšmetu (mēbeles, tehnika u.c.) remontam	8b. Uzskaites (papīru, dokumentu utt.) kārtošānai un glabāšanai
9a. Puķu, koku, dārzeņu stādīšanai un audzēšanai	9b. Preču, produktu, pakalpojumu pārdošanai sabiedrībai
10a. Prezentācijām, lekcijām, runai	10b. Rakstu, referātu, recenziju rakstīšanai
11a. Ēdienu gatavošanai, cepšanai	11b. Roku darbu veikšanai (metināšanai, galdniecībai utt.)
12a. Laboratorijas pētījumu veikšanai, eksperimentiem	12b. Medicīniskās aprūpes nodrošināšanai (māsas utt.)



13a. Mūzikas instrumentu spēlēšanai	13b. Dejošanai
14a. Nodarbībām ar sportu, fiziskiem vingrinājumiem	14b. Skatīties sportu, fiziskus vingrinājumus
15a. Projektu, plānu veidošanai	15b. Celtniecībai, būvdarbiem
16a. Transportlīdzekļu (automobiļu, motociklu u.c.) apkopei un remontam	16b. Transportlīdzekļu ekspluatācijai (automašīnas, autobusi, vilcieni utt.)
17a. Rūpēm par bērniem, mazuļiem	17b. Bērnu, studentu mācīšanai
18a. Konsultēšanai, padomu došanai	18b. Pārlicināšanai, citus ietekmēšanai
19a. Naudas ieguldīšanai, finanšu pārvaldīšanai	19b. Rīcībai ar naudu, finanšu darījumu veikšanai
20a. Cilvēku, organizāciju vadīšanai	20b. Darbību vadīšanai, vadošām aktivitātēm

## 1. Tabula

1a	1b	2a	2b	3a
3b	4a	4b	5a	5b
6a		6b		7a
	7b	8a		8b
	9a		9b	
10a			10b	
11a	11b	12a	12b	13a
13b	14a	14b	15a	15b
16a		16b		17a
	17b	18a		18b



	19a		19b	
20a			20b	

### 1. Tabula

<b>P</b>	<b>T</b>	<b>N</b>	<b>S</b>	<b>A</b>
2a	1b	1a	2b	3a
4b	4a	3b	5a	5b
6b	7b	6a	9b	7a
8a	9a	10a	10b	8b
12a	11b	11a	12b	13a
14b	14a	13b	15a	15b
16b	17b	16a	19b	17a
18a	19a	20a	20b	18b
Kopā +	Kopā +	Kopā +	Kopā +	Kopā +
Kopā –	Kopā –	Kopā –	Kopā –	Kopā –

Iegūtais rezultāts ir apzināta piemērotība uz kādu no pieciem profesionālās darbības veidiem izpausmes pakāpes rādītājs, kas anketā kodēti ar burtiem P, T, N, S, A.

P — „cilvēks – cilvēks” tipa profesijas; galvenais darba objekts ir cilvēks.

T — „cilvēks – tehnika” tipa profesijas; galvenais darba priekšmets ir tehnoloģijas, tehniskās sistēmas.

N — tipa „cilvēks – daba” tipa profesijas; galvenais darba priekšmets ir daba.

S — tipa „cilvēks – zīmju/simbolu sistēma” tipa profesijas; tehniskās profesijas kā, piemēram, datoroperatori, strādnieki tipogrāfijā u.c..

A — „cilvēks – mākslinieciskais tēls” tipa profesijas.