

# Pályaorientációs ismeretek

Gerencsér Dóra - iskolapszichológus

# Pályaválasztáshoz szükséges információk

- Szakmák ismerete: Minden információ azzal kapcsolatban, hogy a választott szakma milyen jellemzőkkel bír, milyen végzettség kell hozzá, milyen a munkaerőpiaci helyzete stb.
- Felsőoktatás ismerete: Alapvető információk a jelentkezés menetéről, az elérhető képzésekről
- Önismeret: Saját preferenciák, képességek, érdeklődési területek felmérése
- Tanácsadás: A tanácsadás során lehetőség nyílik a szerzett információk összegzésére, a prioritások kialakítására, a jelentkezési stratégia létrehozására.

# Tájékozódás a szakmákról:

Ezen az oldalon az egyes szakmákról (mit csinál, mit kell hozzá tanulni) lehet tájékozódni, információkat keresni:

<https://palyaorientacio.munka.hu/kozepiskola/foglalkozas/listazo>

Foglalkozásokat bemutató mappák:

<https://palyaorientacio.munka.hu/kozepiskola/foglalkozas/mappa>

# Tájékozódás a magyar felsőoktatásról:

A fő oldal: <https://www.felvi.hu/>

Hasznos funkciók:

- Szakleírások, összes szak listája:  
[https://www.felvi.hu/felveteli/szakok\\_kepzesek/szakleirasok](https://www.felvi.hu/felveteli/szakok_kepzesek/szakleirasok)
- Ponthatárok, statisztikák:  
[https://www.felvi.hu/felveteli/ponthatarok\\_statisztikak](https://www.felvi.hu/felveteli/ponthatarok_statisztikak)
- Pontszámító kalkulátor:  
<https://www.felvi.hu/felveteli/pontszamito>  
Itt érdemes kipróbálni, hogy milyen pontszámot szükséges elérni az egyes szakokhoz, milyen eredmények várhatók az érettségien

# Önismeret

A pályaválasztás során érdemes végiggondolni az alábbi kérdéseket:

- Milyen erősségeim, képességeim vannak?
- Milyen sikerélményeim voltak a múltban?
- Milyen környezetben érzem magam jól?
- Milyen érdeklődési területeim vannak? Milyen tantárgyak érdekelnek az iskolában, milyen dolgok érdekelnek az iskolán kívül?

A pályaaorientációs tesztek segíthetnek kiegészíteni a fenti információkat

<https://www.felvi.hu/felveteli/palyaorientacio/teszt> (regisztrálni kell hozzá)

# Információk összegzése

Érdemes készíteni egy táblázatot, amiben összegezni lehet az információkat. Így nem kell újra meg újra kikeresni. A táblázat oszlopába lehet írni azokat a szempontokat, amik fontosak az egyes lehetőségekkel kapcsolatban. A táblázatban szakmákra láthatok példát. A sorokba kerülnek az lehetőségek jellemzői. Ez lehet egy szubjektív mérce is, vagy objektív adat.

A táblázat célja az, hogy az információk összehasonlíthatókká váljanak.

	Marketing menedzser	Fordító/Tolmács	Dietetikus
Kereset?	x-y Ft	x-y Ft	x-y Ft
Mennyire szimpatikus?	közepes	nagyon	kicsit
Hol lehet tanulni?	BCE, BGE stb...	ELTE, PPE, stb.	SE, DE stb.

# Pályaorientációs tanácsadás

A tanácsadási folyamat segít átgondolni a felmerülő kérdéseket, dilemmákat a pályaválasztással kapcsolatban. Nem ad konkrét javaslatot, vagy tanácsot, hanem a jelentkező saját gondolataira alapoz.

Iskolapszichológusi konzultáció: [jagpszichologus@gmail.com](mailto:jagpszichologus@gmail.com)

Pályaorientációs tanácsadás: Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat Továbbtanulási és Pályaválasztási Tanácsadó Tagintézménye

<https://palyavalasztas.fpsz.hu/palyavalasztasi-tanacsadas/>

bejelentkezés:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSedyNZqDpDI5itlowtCfHwIJFO8tm3kl5w1NNolqKwcQThiw/viewform?c=0&w=1>

# További ajánlott videók

Limpár Imre – pszichológus

A pályaválasztás során szerepet játszó tényezőkről beszél ebben a videóban:

[https://www.youtube.com/watch?v=EDZQ\\_okgDqg](https://www.youtube.com/watch?v=EDZQ_okgDqg)

Hosszabban, kifejtve:

<https://www.youtube.com/watch?v=5oH66Obzq8s>