

Oferta szkoleniowa Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej

Administrator Data publikacji: 05.09.2014

„Twarz w twarz z pracodawcą - jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej”

Zajęcia kierowane są do osób, które chcą lepiej poznać siebie, swoje umiejętności, właściwie zaprezentować się na rozmowie kwalifikacyjnej, nauczyć się budować zaufanie pracodawcy. W ramach zajęć uczestnicy mają okazję zapoznać się z najskuteczniejszymi metodami autoprezentacji i wywierania pozytywnego pierwszego wrażenia w kontakcie z pracodawcą. Dzięki szkoleniu zwiększą swoją motywację wewnętrzną i wiarę we własne możliwości, nabędą wiadomości z zakresu komunikacji werbalnej i niewerbalnej niezbędne podczas rozmowy kwalifikacyjnej, w pracy i życiu osobistym.

„Profesjonalne i niepowtarzalne - moje dokumenty aplikacyjne”

Warsztaty mają na celu wyposażenie uczestników w wiadomości i umiejętności dotyczące sporządzania dokumentów aplikacyjnych. Omawiane są rola, budowa i rodzaje życiorysów zawodowych oraz struktura listu motywacyjnego. Na zajęciach uczestnicy mają okazję przy pomocy doradców zawodowych przygotować komplet tych dokumentów.

„Autoprezentacja w procesie poszukiwania pracy - dokumenty aplikacyjne i rozmowa kwalifikacyjna”

Warsztaty mają na celu wyposażenie uczestników w informacje dotyczące sporządzania dokumentów aplikacyjnych. Omawiane są rola, budowa i rodzaje życiorysów zawodowych oraz struktura listu motywacyjnego. Podczas zajęć uczniowie dowiedzą się również, czym jest rozmowa kwalifikacyjna i jak należy się do niej przygotować, o co może zapytać pracodawca oraz jak wystrzegać się najczęściej popełnianych błędów.

„Jak nowocześnie i skutecznie poszukiwać pracy?”

Zajęcia adresowane do osób, które chcą poznać metody poszukiwania pracy oraz dowiedzieć się, które z nich są najbardziej skuteczne. Poszukiwanie pracy wymaga dużo czasu, zaangażowania, energii i kreatywności dlatego warto korzystać z technik aktywnych, ponieważ zwiększają one szanse na podjęcie zatrudnienia. Dotarcie do ofert na ukrytym rynku pracy wymaga podjęcia określonych działań ...jakich? Odpowiedź uzyskasz na zajęciach.

„Własna firma – pomysł na pracę, pomysł na życie”

Celem warsztatu jest uświadomienie uczestnikom, iż na sukces planowanego przedsięwzięcia oprócz pomysłu oraz analizy rynku mają wpływ osobiste warunki przedsiębiorcy. Autoanalizie powinny podlegać predyspozycje, wiedza techniczna, umiejętności menedżerskie, potrzeby i wartości, a także zainteresowania. Za pomocą różnego rodzaju ćwiczeń indywidualnych i grupowych uczestnicy na zajęciach mają okazję poznać atuty jakie powinna posiadać osoba prowadząca własną firmę. Ponadto warsztat został wzbogacony indywidualnym badaniem pn. „Przewodnik po samoocenie przedsiębiorczości” oraz prezentacją filmu dydaktycznego pt. „Czy nadaję się na przedsiębiorcę”.

„Nowa praca - zaprezentuj się z najlepszej strony”

Nowe miejsce pracy to często nieznane otoczenie, ludzie, środowisko, a adaptacja do nowych warunków może być źródłem problemów zarówno dla osób powracających na rynek pracy jak i dla tych, którzy podejmują pierwsze zatrudnienie. Celem zajęć jest zapoznanie uczestników z zasadami i strategiami autoprezentacji, które są przydatne podczas pierwszych dni w nowej pracy. Dzięki udziałowi w zajęciach można także dowiedzieć się jak unikać błędów najczęściej popełnianych przez nowych pracowników.

„Chcieć to móc - o sztuce motywacji”

Celem warsztatu jest podniesienie poziomu motywacji i gotowości do zmian u osób biorących w nim udział. Zajęcia mają zainicjować zmiany nieprzystosowawczych schematów poznawczych na

bardziej konstruktywne oraz wpływać na zwiększenie poziomu wewnątrzsterowności uczestników. Osoby bezrobotne mają okazję zapoznać się z technikami motywacji, których stosowanie sprzyja podejmowaniu inicjatyw i wspiera wytrwałość w dążeniu do wyznaczonych celów zawodowych.

„Wyznaczaj, planuj, działaj – o skutecznym osiągnięciu celów”

Praca stanowi integralną część życia każdego człowieka, dlatego ważne jest, aby czerpać z niej nie tylko korzyści materialne ale także radość i satysfakcję. Istotne jest więc, aby robić to co sprawia przyjemność, ciekawi i rozwija. Warsztat adresowany jest do wszystkich, którzy zastanawiają się nad wyborem lub zmianą kierunku kształcenia, miejsca pracy lub zawodu. Prezentowane wskazówki i techniki pomogą podjąć właściwą decyzję dotyczącą kariery zawodowej – wyznaczyć cel, mądrze zaplanować i zacząć działać. Uczestnicy zajęć mają możliwość praktycznego przećwiczenia poznanych metod, tak aby potem móc zastosować je w życiu.

„Stres - czy to brzmi groźnie?”

Celem zajęć jest wsparcie uczestników w radzeniu sobie ze stresem spowodowanym bezrobociem, zwiększenie świadomości na temat własnej reakcji na stres oraz nabycie praktycznych umiejętności zapobiegania negatywnym skutkom jego działania.

„Asertywność - jak budować pozytywne relacje”

Zachowania asertywne to umiejętność, dzięki której ludzie otwarcie wyrażają swoje myśli, preferencje, uczucia, przekonania, poglądy, wartości bez odczuwania wewnętrznego dyskomfortu i nie lekceważąc rozmówców. Ludzie asertywni potrafią powiedzieć „nie”, bez wyrzutów sumienia, złości czy lęku. Dzięki tym zajęciom uczestnik zdobędzie umiejętności, które pomogą mu sięgać po to czego pragnie, bronić się przed nachalnymi prośbami, swobodnie wyrażać swoje zdanie.

„Wyjazd do pracy za granicą – o czym należy pamiętać!”

Celem spotkania jest poinformowanie osób poszukujących pracy i planujących wyjazd za granicę nt. usług pośrednictwa pracy w ramach EURES oraz warunków życia i pracy w wybranych krajach UE/EOG. Ważnym poruszonym zagadnieniem jest bezpieczeństwo wyjazdów za granicę, a także przeciwdziałanie nielegalnemu pośrednictwu pracy. Przedstawienie informacji nt. świadczeń z zakresu koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego tj.: potwierdzania okresów zatrudnienia i ubezpieczenia oraz transferu zasiłku.

„Wracam na rynek pracy – co muszę wiedzieć”

Chcąc znaleźć pracę, należy dokonać analizy lokalnego rynku pracy, na którym planuje się poszukiwać zatrudnienia. Pomoże to ocenić własne szanse na zatrudnienie poprzez porównanie informacji o potrzebach i wymaganiach pracodawców z tym, co osoba poszukująca zatrudnienia może zaoferować. Spotkanie ma na celu przekazanie informacji na temat aktualnej sytuacji na świętokrzyskim rynku pracy, a także wskazania trendów rozwojowych obserwowanych w skali całego kraju. Uczestnicy podczas spotkania mają okazję poznać źródła informacji o wolnych miejscach pracy, zasady rynku pracy oraz prognozy dotyczące zawodów nadwyżkowych i deficytowych.

„Internet – Twój przyjaciel w poszukiwaniu pracy”

Internet – jest popularnym i szeroko wykorzystywanym medium, coraz częściej też służy do zamieszczania ofert o wolnych miejscach pracy, ale także okazuje się niezwykle pomocny w całym procesie poszukiwania zatrudnienia. Zajęcia mają charakter praktyczny, uczestnicy korzystając ze sprzętu komputerowego dostępnego w Wojewódzkim Urzędzie Pracy, uczą się samodzielnie poszukiwać zamieszczonych w sieci ofert pracy. W oparciu o otrzymane materiały zapoznają się ze stronami oferującymi zatrudnienie, a także uczą redagować przykładowe ogłoszenia o poszukiwaniu pracy, które mogą zamieścić także w sieci.

„Świadomie czy z przypadku - znaczenie planowania w życiu zawodowym i osobistym”

W ramach zajęć młodzież będzie miała możliwość pozyskać informacje na temat wybranych zawodów i specjalności, określić własne preferencje i predyspozycje zawodowe z wykorzystaniem testów.

Omówione zostaną także czynniki wpływające na proces planowania kariery zawodowej, etapy podejmowania decyzji o wyborze zawodu, tendencje rozwojowe na rynku pracy oraz zawody przyszłości. Przede wszystkim młodzież dowie się jak skutecznie planować i realizować cele – zwłaszcza związane z życiem zawodowym.