



POWIATOWY URZĄD PRACY W RADOMIU

**BANK PROGRAMÓW
GRUPOWYCH PORAD
ZAWODOWYCH
I GRUPOWEJ INFORMACJI
ZAWODOWEJ
2013r.**

Bank Programów Porad Grupowych i Grupowych Informacji Zawodowych w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu



Grupowe poradnictwo zawodowe

1. Bądź atrakcyjna na rynku pracy
2. Kwestionariusz Zainteresowań Zawodowych – skarbnicą wiedzy o sobie
3. Jak skutecznie poruszać się po rynku pracy, aby odnieść sukces
4. Odkrycie swojego potencjału zawodowego
5. Autoprezentacja – pierwszy krok do sukcesu
6. Bilans kompetencji – badanie predyspozycji zawodowych i osobowościowych osób bezrobotnych
7. Moje szanse na lokalnym rynku pracy.
8. Odkrycie i promocja swojego potencjału na rynku pracy

Grupowa informacja zawodowa

1. Poznaj usługi rynku pracy
2. Własna firma – krok po kroku.

Bądź atrakcyjna na rynku pracy



Cel porady grupowej

Przygotowanie kobiet do wejścia na rynek pracy - wzbogacenie ich atrakcyjności poprzez wykreowanie własnego wizerunku.

Czas trwania porady grupowej i sposób organizacji

Warsztaty jednodniowe, 5 godziny zegarowe (od 10.00 do 15.00), odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro), pok. 220, 221 (Klub Pracy).

Wymagania wstępne dla uczestników porady grupowej

Kobiety zarejestrowane w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu i Filii, zainteresowane tematem porady grupowej.

Główne zagadnienia:

1. Sytuacja kobiet na rynku pracy - oczekiwania pracodawców
2. Kreowanie własnego wizerunku
3. Wzmocnienie poczucia własnej wartości
4. A może własna firma?

Kwestionariusz Zainteresowań Zawodowych – skarbnicą wiedzy o sobie



Cel porady grupowej

- Określenie własnych preferencji / zainteresowań zawodowych
- Określenie kierunku dalszego kształcenia lub szkolenia
- Poznanie przez uczestników przyczyn dotychczasowych niepowodzeń zawodowych

Czas trwania porady grupowej i sposób organizacji

Warsztaty jednodniowe, 3 godziny zegarowe (od 10.00 do 13.00), odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro), pok. 220, 221 (Klub Pracy).

Wymagania wstępne dla uczestników porady grupowej

Osoby bezrobotne zarejestrowane w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu i Filie, zainteresowane tematem porady grupowej.

Główne zagadnienia:

1. Co to jest KZZ?
2. W czym może pomóc KZZ
3. Jak jest zbudowany KZZ
4. Co jest wynikiem badania KZZ
5. Wykonanie testu KZZ (wersja papierowa)

UWAGA! Analiza wyników testu osoby „badanej” tym narzędziem z doradcą zawodowym nastąpi na poradzie indywidualnej w ustalonym terminie.

Jak skutecznie poruszać się po rynku pracy aby odnieść sukces



Cel porady grupowej

Uczestnicy warsztatów zdobędą umiejętności niezbędne do efektywnego poszukiwania i pozyskiwania zatrudnienia. Odkryją swoje preferencje zawodowej i spróbują skonfrontować je z tendencjami na rynku pracy. Dzięki praktycznym ćwiczeniom poznają jak efektywnie przygotować się do spotkania z pracodawcą, dowiedzą się m.in.: jakie są etapy rozmowy kwalifikacyjnej, jakie padają najczęściej pytania. Poznają także zasady planowania kariery zawodowej, wyznaczania sobie celów.

Czas trwania porady grupowej i sposób organizacji

Warsztaty jednodniowe, 5 godziny zegarowe (od 10.00 do 15.00), odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro), pok. 220, 221 (Klub Pracy).

Wymagania wstępne dla uczestników porady grupowej

Osoby bezrobotne zarejestrowane w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu i Filii, zainteresowane tematem porady grupowej .

Główne zagadnienia:

1. Gdy szukasz pracy – kilka praktycznych wskazówek, strategię wytrwania w poszukiwaniu pracy
2. Czy znasz dobrze samego siebie – osiem kluczowych wartości
3. Opracowanie planu działania – Plan działania jest odpowiedzią na pytanie - Co mam zrobić aby osiągnąć cel?
4. Metody poszukiwania pracy – budowanie sieci kontaktów bezpośrednich, poszukiwanie ogłoszeń, zawodowi pośrednicy pracy, targi i giełdy pracy, samodzielne zwracanie się do pracodawcy, własne ogłoszenia.
5. Zachowanie interpersonalne w poszukiwaniu pracy
6. Dokumenty aplikacyjne
7. Rozmowa kwalifikacyjna
8. Nowa praca – pierwszy dzień nowej pracy, cechy dobrego pracownika, korzyści wynikające ze stosunku pracy powstałego w oparciu o umowę o pracę, wybrane umowy cywilno-prawne.

Odkrycie swojego potencjału zawodowego



Cel porady grupowej

Określenie swoich mocnych stron, umiejętności i preferencji zawodowych, zwiększenie własnej wartości.

Czas trwania porady grupowej i sposób organizacji

Warsztaty jednodniowe, 5 godziny zegarowe (od 10.00 do 15.00), odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro), pok. 220, 221 (Klub Pracy).

Wymagania wstępne dla uczestników porady grupowej

Osoby bezrobotne zarejestrowane w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu i Filie, zainteresowane tematem porady grupowej .

Główne zagadnienia:

1. Postawy wobec poszukiwania pracy
2. Co to jest potencjał zawodowy (umiejętności, kompetencje, zainteresowania)
3. Osobowość a wybór zawodu
4. Praca zawodowa a mocne strony
5. Zainteresowana a umiejętności
6. Poczucie własnej wartości.

Autoprezentacja – pierwszy krok do sukcesu



Cel porady grupowej

Poznanie własnych mocnych stron i wiary we własne możliwości.

Czas trwania porady grupowej i sposób organizacji

Warsztaty jednodniowe, 5 godziny zegarowe (od 10.00 do 15.00), odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro), pok. 220, 221 (Klub Pracy).

Wymagania wstępne dla uczestników porady grupowej

Osoby bezrobotne zarejestrowane w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu i Filie, zainteresowane tematem porady grupowej .

Główne zagadnienia:

1. Analiza własnych atutów na rynku pracy
2. Sztuka autoprezentacji.

Bilans kompetencji – badanie predyspozycji zawodowych i osobowościowych



Cel porady grupowej

Diagnoza swoich predyspozycji zawodowych i osobowościowych. Przeanalizowanie dotychczasowego doświadczenia zawodowego. Uświadomienie sobie które obszary wymagają rozwoju. Nabycie przez uczestników świadomości własnych preferencji i predyspozycji zawodowych oraz jaką one pełnią rolę w podejmowaniu decyzji zawodowych. Całościowe spojrzenie na siebie i swoją sytuację zawodową. Zaplanowanie własnej strategii rozwoju osobistego. Pogłębienie wiedzy na temat swojego potencjału i rozwoju zawodowego.

Czas trwania porady grupowej i sposób organizacji

Warsztaty jednodniowe, 5 godziny zegarowe (od 10.00 do 15.00), odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro), pok. 220, 221 (Klub Pracy).

Wymagania wstępne dla uczestników porady grupowej

Osoby bezrobotne zarejestrowane w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu i Filii, zainteresowane tematem porady grupowej.

Główne zagadnienia:

1. Idea bilansu kompetencji a wyzwania współczesnego rynku pracy
2. Różnice między predyspozycjami a umiejętnościami i kompetencjami zawodowymi
3. Co oznacza pojęcie „kompetentny pracownik”?
4. Zasady przeprowadzenia badania predyspozycji
5. Komunikacja niewerbalna – formy i funkcje
6. Metoda obserwacji jako sposób pozyskania informacji o osobie
7. Zasady przeprowadzania obserwacji oraz sporządzania notatek
8. Zastosowanie narzędzi i metod: testy, ćwiczenia, metoda obserwacji.

Moje szanse na lokalnym rynku pracy



Cel porady grupowej

Uczestnicy dowiedzą się jak skutecznie szukać pracy i gdzie otrzymać wsparcie w rozwiązywaniu swoich problemów zawodowych. Zdobędą wiedzę na temat podstawowych zagadnień dotyczących rynku pracy oraz aktualnej sytuacji na lokalnym rynku pracy. Pozyskają umiejętności efektywnego wykorzystania posiadanych wiadomości i doświadczeń zawodowych.

Czas trwania porady grupowej i sposób organizacji

Warsztaty jednodniowe, 5 godziny zegarowe (od 10.00 do 15.00), odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro), pok. 220, 221 (Klub Pracy).

Wymagania wstępne dla uczestników porady grupowej

Osoby zarejestrowane w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu i Filie, zainteresowane tematem porady grupowej.

Główne zagadnienia:

1. Wzbogacenie wiedzy na temat rynku pracy – rynek jawny i ukryty, stopa bezrobocia, zawody nadwyżkowe i deficytowe, zawody przyszłości, elastyczne formy zatrudnienia, sytuacja na lokalnym rynku pracy
2. Rola PUP i innych organizacji we wsparciu osób poszukujących zatrudnienia – usługi urzędu pracy, agencji zatrudnienia, fundacji i instytucji wspierających osoby bezrobotne
3. Operatywność wobec zmieniających się warunków rynku pracy – najczęściej stosowane metody poszukiwania pracy a metody najskuteczniejsze, rola Internetu w procesie poszukiwania pracy, sposoby poszukiwania pracowników przez pracodawców, tworzenie własnej sieci kontaktów oraz tworzenie własnego ogłoszenia
4. Dokumenty aplikacyjne a ich znaczenie w skutecznym poszukiwaniu zatrudnienia – nabycie umiejętności tworzenia życiorysu i listu motywacyjnego.

Odkrycie i promocja swojego potencjału na rynku pracy



Cel porady grupowej

- określenie swoich mocnych stron w oparciu o przeżycia i doświadczenia,
- rozpoznanie własnych predyspozycji i oczekiwań zawodowych,
- refleksja nad zdolnościami oraz zainteresowaniami,
- poznanie zasad pisania życiorysu zawodowego (CV),
- nauka efektywnej kreacji własnego wizerunku przy zastosowaniu metod i technik autoprezentacji,
- umiejętne poruszanie się po rynku pracy.

Czas trwania porady grupowej i sposób organizacji

Warsztaty dwudniowe, 4 godzin zegarowe (od 10.00 do 14.00), odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro), pok. 220, 221 (Klub Pracy).

Wymagania wstępne dla uczestników porady grupowej

Osoby zarejestrowane w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu i Filie, zainteresowane tematem porady grupowej.

Główne zagadnienia:

1. Co to jest potencjał zawodowy (umiejętności ,osobowość, zainteresowania)
2. Bilans umiejętności i mocnych stron a praca zawodowa
3. Zasady przygotowania życiorysu zawodowego
4. Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej
5. Rozmowa kwalifikacyjna
6. Autoprezentacja
7. Sposoby zwalczania tremy
8. Aktywne metody poszukiwania pracy

Grupowa Informacja Zawodowa



Własna firma – krok po kroku

Cel grupowej informacji zawodowej

1. Zdobyć wiedzę dotyczącą możliwości ubiegania się o środki na rozpoczęcie własnej działalności gospodarczej.
2. Zdobyć wiedzę na temat procesu rejestracji własnej firmy.
3. Zapoznanie uczestników z formami organizacyjno-prawnymi prowadzenia działalności gospodarczej i podstawowymi zagadnieniami związanymi z procesem prowadzenia firmy.

Czas trwania grupowej informacji zawodowej i sposób organizacji

Zajęcia jednodniowe, ok. 2 godzin zegarowych (od 09.00-11.00) odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji Zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro pok. 220, 221 Klub Pracy).

Wymagania wstępne dla uczestników grupowej informacji zawodowej

Osoby (10-20 osób), które planują założyć własną działalność gospodarczą.

Plan nauczania i treść grupowej informacji zawodowej

1. Zasady ubiegania się o dotację w Powiatowym Urzędzie Pracy.
2. Inne źródła finansowania działalności gospodarczej.
3. Jak zarejestrować swoją działalność?
4. Formy prowadzenia działalności gospodarczej, podatki, ulgi dla przedsiębiorców.

Grupowa Informacja Zawodowa



Poznaj usługi rynku pracy

Cel grupowej informacji zawodowej

1. Zdobyć wiedzę dotyczącą możliwości skorzystania z wybranych usług i instrumentów rynku pracy.
2. Wzrost świadomości osób na temat ogólnej misji realizowanej przez Powiatowy Urząd Pracy.

Czas trwania grupowej informacji zawodowej i sposób organizacji

Zajęcia jednodniowe, ok. 2 godzin zegarowych (od 09.00-11.00) odbywające się w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu w Centrum Aktywizacji Zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro pok. 220, 221 Klub Pracy).

Wymagania wstępne dla uczestników grupowej informacji zawodowej

Osoby (10-20 osób), które po raz pierwszy rejestrują się w Powiatowym Urzędzie Pracy.

Plan nauczania i treść grupowej informacji zawodowej

1. Usługi rynku pracy.
2. Instrumenty rynku pracy wspierające podstawowe usługi rynku pracy.
3. Dodatkowe działania aktywizujące oferowane przez PUP.

Harmonogram zajęć z grupowego poradnictwa zawodowego i grupowej informacji zawodowej



Rok 2013	Grupowe poradnictwo zawodowe
Styczeń	<u>29-30.01.2013r.</u> - <i>Odkrycie i promocja swojego potencjału na rynku pracy</i>
Luty	<u>26.02.2013r.</u> - <i>Bądź atrakcyjna na rynku pracy</i> <u>27.02.2013r.</u> - <i>Kwestionariusz zainteresowań zawodowych – skarbnicą wiedzy o sobie</i>
Marzec	<u>20.03.2013r.</u> - <i>Jak skutecznie poruszać się po rynku pracy aby odnieść sukces</i>
Kwiecień	<u>24.04.2013r.</u> - <i>Moje szanse na lokalnym rynku pracy</i>
Maj	<u>20.05.2013r.</u> - <i>Autoprezentacja - pierwszy krok do sukcesu</i>
Czerwiec	<u>26.06.2013r.</u> - <i>Bądź atrakcyjna na rynku pracy</i> <u>27.06.2013r.</u> - <i>Kwestionariusz Zainteresowań Zawodowych – skarbnicą wiedzy o sobie</i>

Grupowa informacja zawodowa:

20.02.2013r, 29.04.2013r. – *Poznaj usługi rynku pracy*

21.02.2013r, 23.05.2013r. – *Własna firma - krok po kroku*

* *Podane terminy mogą ulec zmianie z przyczyn niezależnych*