

# **BANK PROGRAMÓW PORAD GRUPOWYCH I GRUPOWYCH INFORMACJI ZAWODOWYCH**

## **GRUPOWE PORADNICTWO ZAWODOWE**

**„Odkrycie i promocja swojego potencjału zawodowego  
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 (po 5 godzin zegarowych), odbywające się w PUP w Radomiu w Centrum Aktywizacji Zawodowej ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro), pok. 220 i 221 (Klub Pracy).

### **Wymagania wstępne dla uczestników porady grupowej**

Osoby zarejestrowane w Powiatowym Urzędzie Pracy w Radomiu, zainteresowane tematem porady zawodowej lub skierowane do udziału w poradzie zawodowej grupowej przez doradcę zawodowego ( max 14 osób).

## Wykaz literatury oraz środków i materiałów dydaktycznych

- „Wywieranie wpływu na ludzi” - A Cialdini
- „Psychologia preferencji i zainteresowań zawodowych – przegląd teorii i metod” – A.Czerw, A.Gąsiorowska, C.Nosal, B.Bajcar, A.Borkowska
- Autopromocja czyli jak wykorzystać swoje atuty – Ch.Ottl, G.Harter
- Mowa ciała – A. Tease, B. Tease
- Komunikacja interpersonalna – J. Baney
- Nie daj się zaskoczyć na rozmowie kwalifikacyjnej – wygodne odpowiedzi na niewygodne pytania – M.J. Yale
- Rozmowa kwalifikacyjna bez tajemnic – L. Williams
- Doskonałe CV – M.Eggert
- „Jak i gdzie skutecznie szukać pracy?” – M.Polczyk
- Gry szkoleniowe. Materiały dla trenerów. Zestaw 1 – A. Kirby
- narzędzia do wykorzystania w trakcie zajęć:  
„Kwestionariusz samooceny” „Czy ja się do tego nadaje”  
„Profil zainteresowań” „Kwestionariusz Zainteresowań Zawodowych” „Moje zdolności” „Moje mocne strony”,
- filmy szkoleniowe

<b>Rok 2012</b>	<b>Odkryj swój potencjał zawodowy &amp; Promocja swojego potencjału na rynku pracy</b>
<b>Styczeń</b>	<b>25 – 26</b>
<b>Luty</b>	<b>28 – 29</b>
<b>Marzec</b>	<b>28 – 29</b>
<b>Kwiecień</b>	<b>25 – 26</b>
<b>Maj</b>	<b>30 – 31</b>
<b>Czerwiec</b>	<b>13 – 14</b>
<b>Lipiec</b>	<b>25 – 26</b>
<b>Sierpień</b>	<b>29 – 30</b>
<b>Wrzesień</b>	<b>26 – 27</b>

<b>Październik</b>	<b>24 – 25</b>
<b>Listopad</b>	<b>21 – 22</b>
<b>Grudzień</b>	<b>12 – 13</b>

## **PROGRAM „SPADOCHRON”**

Doradcy zawodowi zapraszają na program szkoleniowy, który jest najpopularniejszym programem z dziedziny planowania kariery. Program obejmuje 36 godzin dydaktycznych – 5 dni.

### **Szkolenie kierowane jest do:**

- absolwentów liceum
- osób przekwalifikowujących się
- poszukujących pracy
- kształtujących swoją karierę zawodową
- osób bezrobotnych

### **Cele i założenia kursu szkoleniowego:**

- Zwiększenie motywacji wewnętrznej i wiary we własne możliwości
- Pomoc w odkryciu indywidualnych zainteresowań i predyspozycji do wykonywania określonej pracy
- Zapoznanie się z technikami aktywnego poszukiwania pracy
- Nauka pisania dokumentów aplikacyjnych niezbędnych w procesie rekrutacji
- Zdobywanie wiedzy i umiejętności praktycznych wykorzystywanych do rozmowy kwalifikacyjnej
- Znalezienie optymalnej pracy

### **Metodyka:**

- Wykorzystywanie aktywnych form prowadzenia zajęć (łączenie wykładów, ćwiczeń, dyskusji, badań w terenie, „burz mózgów” odwoływanie się do doświadczeń uczestników)
- Praca oparta na treningu interpersonalnym

- Ukierunkowanie uczestników na pracę indywidualną, która usamodzielnia i rozwija
- Ćwiczenia indywidualne i grupowe, których celem jest zwiększenie wiary w siebie i pomoc w znalezieniu pracy

### **Literatura:**

„Spadochron” praktyczny podręcznik dla osób planujących karierę, szukających pracy i zmieniających zawód – R.N. Bolles

Warsztaty odbywają się w trzech terminach:

- od 02 do 06 kwietnia 2012 roku
- od 03 do 07 września 2012 roku
- od 26 do 30 listopada 2012 roku

## **Grupowa Informacja Zawodowa**

### **I. „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 będą trwać 1 dzień i zajmą ok. 3 godzin zegarowych. Odbędą się w sali Klubu Pracy mieszczącej się w budynku Powiatowego Urzędu Pracy w Radomiu ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro pok. 220, 221).

Zajęcia będą odbywały się w godzinach od 9,00 do 12,00

Terminy zajęć:

09 styczeń 2012 roku

17 luty 2012 roku  
27 marzec 2012 roku  
04 czerwiec 2012 roku

## **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.

### **Literatura:**

\* B.Kujaszczyk , Pierwsze kroki w biznesie, WUP Warszawa 2009,

\* PUP Radom, Jak otrzymać w PUP Radom bezzwrotną dotację na działalność gospodarczą, 2011

## **II. „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 będą trwać 1 dzień i zajmą ok.3 godzin zegarowych.

Odbędą się w sali Klubu Pracy mieszczącej się w budynku Powiatowego Urzędu Pracy w Radomiu przy ul. Ks. Łukasika 3 (I piętro pok. 220, 221)

Zajęcia będą odbywały się w godzinach od 9,00 do 12,00

Terminy zajęć:

05 styczeń 2012 roku

22 luty 2012 roku

17 kwiecień 2012 roku

09 lipiec 2012 roku

06 sierpień 2012 roku

### **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.

### **Literatura:**

\* Ustawa z dnia 20 kwietnia 2004 roku o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy ( Dz. U. z 2004r. nr 99 poz.1001).