

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej we Wrocławiu
Harmonogram zajęć
III kwartał 2017 roku



Zajęcia otwarte - dostępne dla wszystkich zainteresowanych

Zgłoszenia przyjmujemy do dnia poprzedzającego rozpoczęcie zajęć.

Nabór: e-mail: wroclaw.ciz@dwup.pl tel. 71/ 39 74 314, 315, 316, 268, 269

LIPIEC

6	(czw.)	10 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	Moja firma - moja przyszłość.
19-20	(śr.-czw.)	10 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	Uwierz w siebie i docień swoją wartość – trening budowania poczucia własnej wartości.
25-26	(wt.-śr.)	10 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	Preferencje zawodowe - drogowskazem planowania kariery zawodowej.

SIERPIEŃ

1-2	(wt.-śr.)	10 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	Stres - radzenie sobie z trudnymi emocjami.
16-17	(śr.-czw.)	10 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	Rozmowa kwalifikacyjna. Trening komunikacji interpersonalnej.
22-23	(wt.-śr.)	10 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	Preferencje zawodowe - drogowskazem planowania kariery zawodowej.

WRZESIEŃ

5-6	(wt.-śr.)	10 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	Trening skuteczności osobistej.
13-14	(śr.-czw.)	10 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	Techniki i metody rekrutacji.
19-20	(wt.-śr.)	10 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	Preferencje zawodowe - drogowskazem planowania kariery zawodowej.
27	(śr.)	10 ⁰⁰ – 14 ⁰⁰	Moja firma - moja przyszłość.

Miejsce zajęć: Dolnośląski Wojewódzki Urząd Pracy, Filia Wrocław
al. Armii Krajowej 54, IIIp., pok.306A (Sala Konferencyjna)

- Nie pasuje Ci termin warsztatów?

Umów się na bezpłatną konsultację indywidualną ☺

- Nie możesz do Nas przyjechać?

Skorzystaj z poradnictwa na odległość ☺



55404577



facebook.com/centrumDWUP



www.ciipkz.dwup.pl

MOJA FIRMA - MOJA PRZYSZŁOŚĆ

Zajęcia są przeznaczone dla osób, które rozważają możliwość rozpoczęcia działalności gospodarczej. Program warsztatu obejmuje: bilans predyspozycji przedsiębiorczych, zasady analizy szans i zagrożeń realizacji przedsięwzięcia, informację dotyczącą: formalności związanych z rejestracją firmy, instytucji wspierających rozwój przedsiębiorczości, możliwości uzyskania dotacji i pożyczek na zakładanie firmy. Warsztat nie zawiera treści związanych z doradztwem prawnym ani biznesowym.

PREFERENCJE ZAWODOWE - DROGOWSKAZEM PLANOWANIA KARIERY ZAWODOWEJ

Jak planować własną karierę zawodową w kontekście wciąż zmieniającego się rynku pracy? Czy w ogóle warto planować? Poznaj etapy i elementy planowania kariery, odkryj swoje preferencje zawodowe i spróbuj skonfrontować je z tendencjami na rynku pracy. Warsztat polecany nie tylko ludziom młodym, którzy wkraczają na rynek pracy, ale także tym, którzy na nowo chcą znaleźć swoje miejsce w świecie pracy, myślą o zmianie zawody lub profilu kwalifikacji i umiejętności zawodowych.

ROZMOWA KWALIFIKACYJNA. TRENING KOMUNIKACJI INTERPERSONALNEJ

Dzięki praktycznym ćwiczeniom uczestnik poznaje jak efektywnie przygotować się do spotkania z pracodawcą, dowie się m.in.: jakie są etapy rozmowy, jakie padają pytania. W trakcie zajęć przewidywana jest symulacja rozmowy kwalifikacyjnej przy użyciu kamery video.

Celem szkolenia jest również pozyskanie informacji na temat zasad nawiązywania i podtrzymywania kontaktów, aktywnego słuchania, udzielania informacji zwrotnych, odczytywania mowy ciała oraz przewyższania barier komunikacyjnych.

STRES - RADZENIE SOBIE Z TRUDNYMI EMOCJAMI

Stres jest częścią naszego życia. Problemy związane z pracą oraz ciągły pośpiech towarzyszący współczesnemu człowiekowi to jedno z najczęstszych źródeł stresu. Trudności w poradzeniu sobie ze stresem skutkują przenoszeniem go na inne sfery życia: dom, relacje z ludźmi, zdrowie, życie zawodowe. Nie musi jednak tak być. Jeśli chcesz się dowiedzieć jak żyć z emocjami i jak traktować swoje emocje, poznać techniki i metody radzenia sobie ze stresem, szczególnie tym związanym z aktywnością zawodową, zgłoś swój udział w zajęciach już dziś!

TRENING SKUTECZNOŚCI OSOBISTEJ

Warsztat otwierający cykl zajęć poświęconych budowaniu skuteczności osobistej, rozumianej jako umiejętność skutecznego planowania i realizowania swoich celów, budowanie sprzyjających nawyków, świadomość swojej wartości oraz radzenie sobie z emocjami i stresem. Warsztat polecany wszystkim osobom, którym zależy na znalezieniu odpowiedzi jak dobrze sobą zarządzać, przekuć porażki w siły mobilizujące i osiągać swoje cele z sukcesem. Kontynuacja tematyki skuteczności osobistej to warsztaty „Stres – radzenie sobie z trudnymi emocjami” oraz „Uwier w siebie i docień swoją wartość – trening budowania poczucia własnej wartości”.

UWIERZ W SIEBIE I DOCEŃ SWOJĄ WARTOŚĆ

– TRENING BUDOWANIA POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI

Budowanie poczucia własnej wartości to dłuższy proces rozwoju osobistego. Proponowany warsztat jest dobrym początkiem, inspiracją do poszukiwań i odkrywania samego siebie a także uświadomienia sobie, że sukces zawodowy zależy od wiary we własne siły. Podczas zajęć uczestnicy będą poszukiwać odpowiedzi m.in. na pytania: czym jest poczucie własnej wartości i jak wpływa na nasze życie zawodowe? Jak mogę wzmocnić wiarę w siebie i swoje możliwości? Co o sobie mówię, gdy mówię do innych? Jak pracodawcy odczytują moje poczucie wartości podczas rozmowy kwalifikacyjnej?

Warsztat prowadzony będzie przez doradcę zawodowego-psychologa a na zajęcia zapraszamy osoby które chciałyby wzmocnić wiarę w skuteczność własnego działania oraz nabrać pewności siebie w budowaniu optymalnej ścieżki rozwoju zawodowego.