



„Aktywni z pasją”

Program wsparcia Seniorów realizowany
przez Wojewódzki Urząd Pracy w Gdańsku

Iwona Piotrowska

*Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
w Gdańsku
Doradca zawodowy*

Gdańsk, dnia 15 stycznia 2018 r.

Wsparcie

doradcze

informacyjne



Rozmowy indywidualne

Zajęcia grupowe

- ☐ usługi indywidualnego poradnictwa zawodowego (z wykorzystaniem specjalistycznych narzędzi diagnostycznych);
- ☐ prowadzenie warsztatów, zajęć informacyjnych;
- ☐ poradnictwo na odległość (e-mail, Facebook, tel.);
- ☐ wspieranie rozwoju zawodowego pracodawcy i jego pracowników;

Klienci

- osoby pełnoletnie (ukończony 18 rok życia), stojące przed dylematami edukacyjnymi lub zawodowymi (wybór szkoły, zawodu, zmiana pracy/zawodu/branży);
- planujące rozwój zawodowy i osobisty, chcące poznać swoje predyspozycje, potencjał i talenty;
- zamierzające powrócić do aktywności zawodowej;
- chcące skutecznie planować i realizować swoje cele oraz działania w zmianie;
- rozważające otwarcie własnej firmy;
- pracodawcy zainteresowani rozwojem pracowników.

- Wszystkie usługi Centrum są bezpłatne
- Liczba spotkań nie jest ograniczona
- Konsultacje odbywają się w warunkach zapewniających poufność rozmów

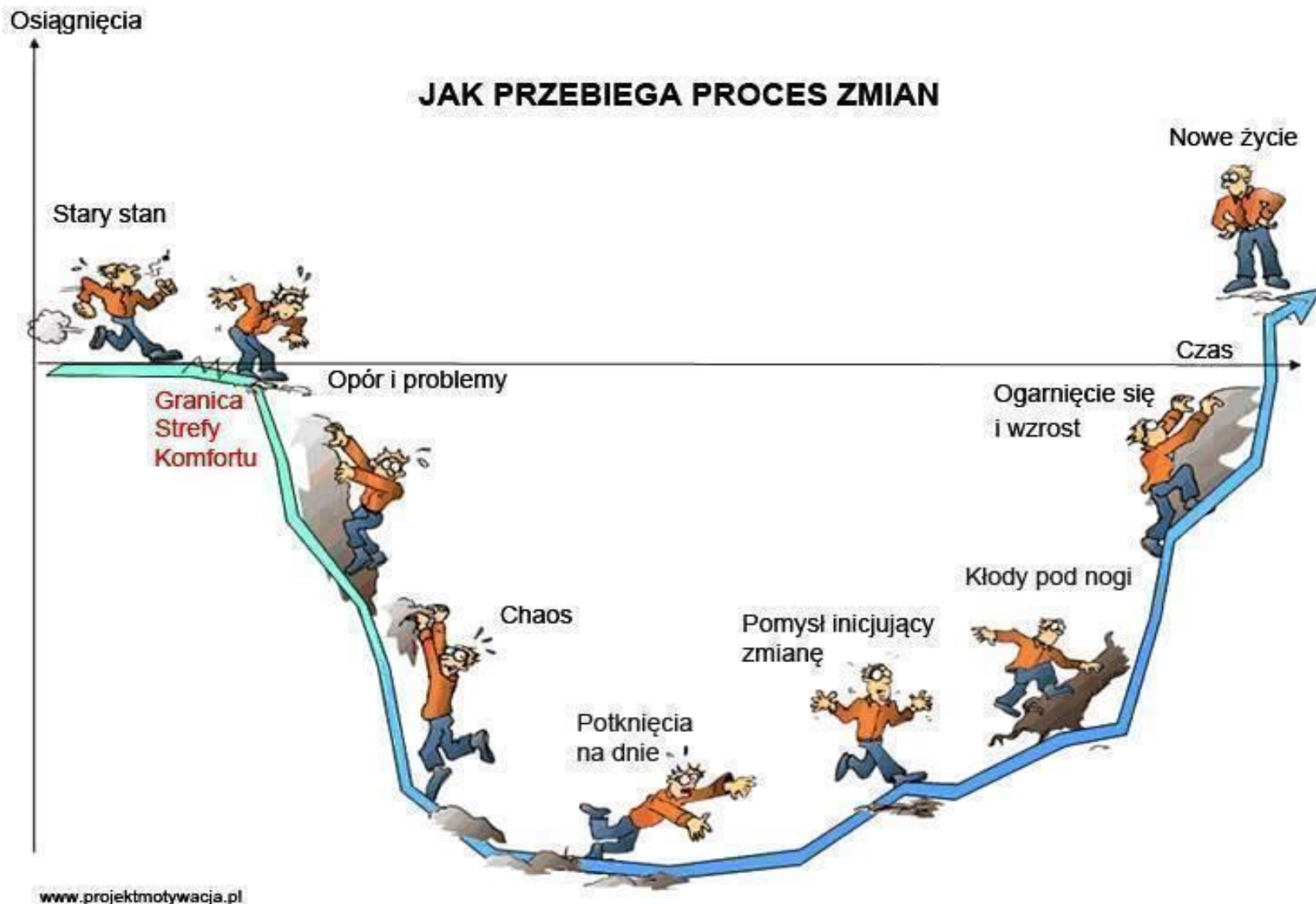


Przykładowa tematyka spotkań z doradcą zawodowym

- Odkrywanie swojego potencjału zawodowego i osobistego, w tym:
 - *posiadanych talentów,*
 - *mocnych stron (i czułych punktów),*
 - *stylu pracy i działania,*
 - *zainteresowań/preferencji zawodowych,*
 - *możliwej ścieżki rozwoju.*
- Planowanie aktywności zawodowej, edukacyjnej.
- Podjęcie działalności gospodarczej.

Zmiana...

Fakt, że coś jest inne, niż było przedtem...



Doradca zawodowy jako przewodnik i towarzysz w drodze do aktywności

Wycofanie się z życia zawodowego

- Oderwanie od stałego rytmu pracy;
- Bardzo ograniczony dopływ nowych informacji, wiedzy ogólnej i fachowej;
- Ograniczone kontakty interpersonalne;
- Poczucie obniżonej świadomości zmian zachodzących w otoczeniu zawodowym i społecznym.

Pragnienia Plany Dylematy

- Powrót do aktywności z lat młodości (np. artystycznej czy społecznej);
- Poczucie zagubienia wśród możliwości podejmowania działań, które są do wyboru.



Doradca zawodowy

- Ponowne określenie własnych predyspozycji, w kontekście planów podjęcia nowych aktywności (zawodowych i pozazawodowych);
- Dokonanie analizy predyspozycji i dopasowanie odpowiedniej formy aktywności do potrzeb i obecnych możliwości klienta, określenie możliwych kierunków rozwoju.

Słowa „**poznaj samego siebie**” łac. *Nosce Te Ipsum* wryte są na frontonie świątyni Apollina w Delfach. Powyższa maksyma pochodzi od siedmiu mędrców starożytnej Grecji a spopularyzował ją Sokrates...

Źródło: encyklopedia.pwn.pl

KOMUNIKACJA

BUDOWANIE RELACJI

ROZUMIENIE WŁASNYCH PREFERENCJI I POTRZEB

TALENTY

PODEJMOWANIE DECYZJI

STYL PRACY I DZIAŁANIA

ZBIERANIE, PRZETWARZANIE INFORMACJI

MYŚLENIE O LUDZIACH I CELACH

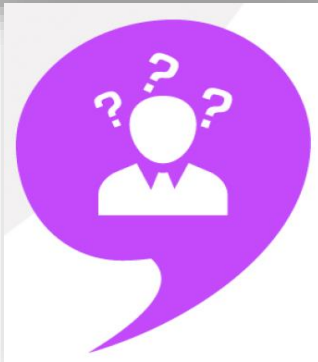
PREFERENCJE ZAWODOWE



„Nie ma bardziej twórczego zajęcia niż odkrywanie samego siebie”

Kartezjusz

PERFORMANCE
CONNECTING DECISION TO TALENT



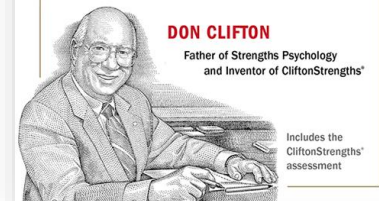
www.euska-pol.pl



www.forid.pl

STRENGTHSFINDER 2.0
FROM GALLUP
and Tom Rath

**Discover Your
CliftonStrengths**

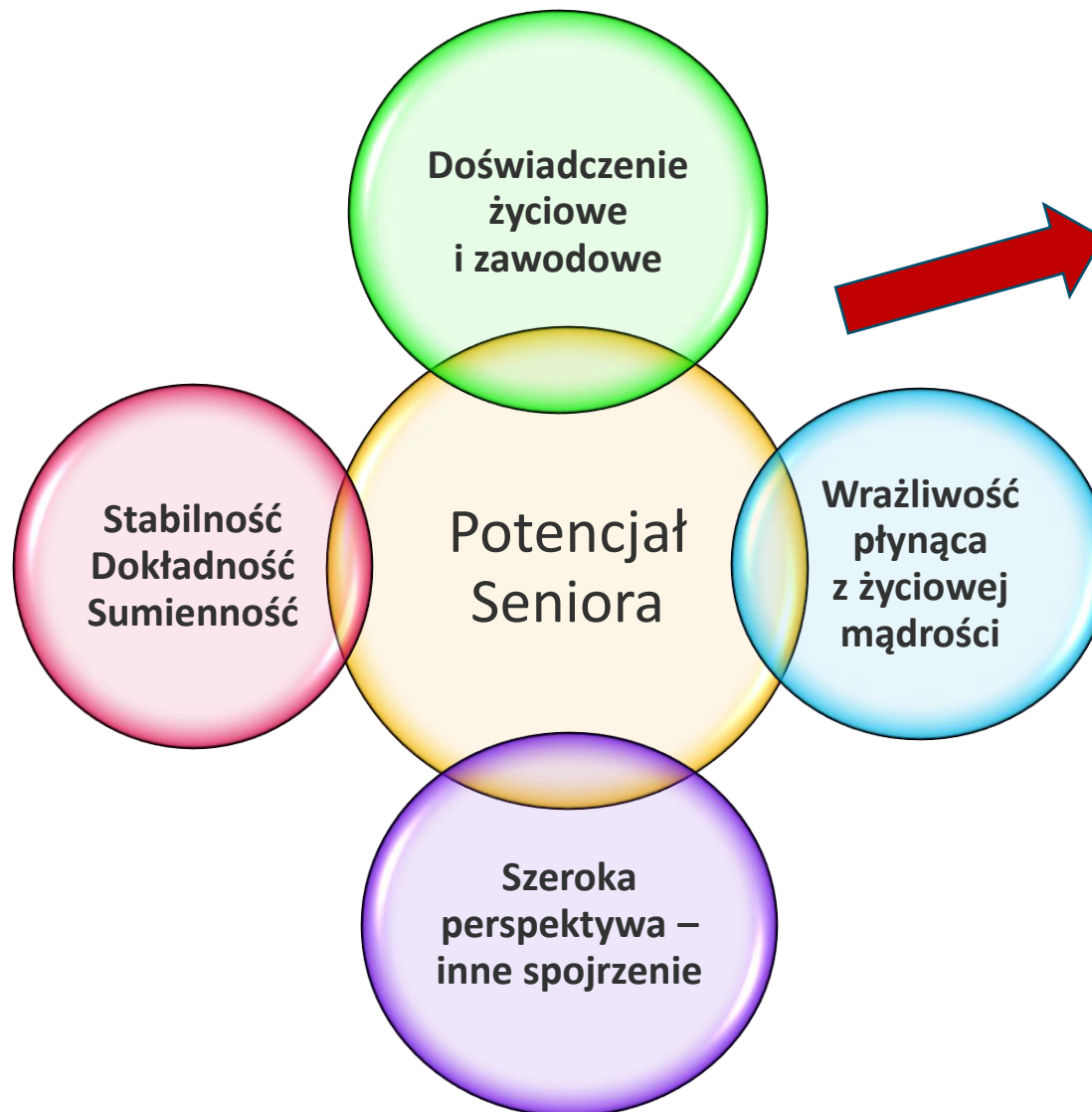


GALLUP®

CliftonStrengths™

www.gallupstrengthscenter.com

Atuty Seniora



Senior – Mentorem

Bardzo duży potencjał branżowy i społeczny. Możliwy do wykorzystania poprzez:

- *międzypokoleniowy transfer wiedzy i doświadczenia;*
- *wspieranie rozwoju przedsiębiorczości i aktywności zawodowej (szczególnie młodych).*



„Aktywni z pasją”. Warsztaty dedykowane Seniorom.

7 lutego (10.00 – 14.00)

„Kreatywni – Aktywni na co dzień”

Zajęcia kształtujące umiejętność nietypowego myślenia, twórczego rozwiązywania zadań i problemów, a także tworzenia oryginalnych pomysłów. Warsztat umożliwi m.in. poznanie skutecznych metod ułatwiających zapamiętywanie faktów, twarzy i nazwisk.

Marzec na Obcasach

*Kobieta jest organizmem ultradoskonałym.
Potrafi się regenerować po ekstremalnie ciężkich doświadczeniach.
Przetrwa wszystko.*

(Katarzyna Nosowska)

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Gdańsku z myślą o kobietach, które chcą poczuć inspirację do dalszego działania, odkryć uśpiony dotychczas potencjał i odzyskać wiarę w siebie i swoje możliwości organizuje co roku projekt pt. „Marzec na obcasach”. W ramach wydarzenia uczestniczki mają możliwość skorzystania z szeregu atrakcyjnych i bezpłatnych warsztatów rozwojowych oraz spotkań z ekspertami, obejmujących zagadnienia zarówno ze sfery osobistej, jak i zawodowej.

W roku 2017 w wydarzeniu wzięło udział łącznie ok. 200 Pań ☺
„Marzec na obcasach” w bieżącym roku będzie 5- tą edycją projektu.

Bardzo dobra inicjatywa.
Okazja do spotkania ciekawych
ludzi i wzmocnienia siebie.
Oby takich spotkań więcej!

*Kobiece grono to wspólnota
uczuć i doświadczeń. Kiedyś
wspólnie darło się pierze,
dzisiaj mało jest okazji do
spotkań w kobiecym gronie,
nie ma grup wsparcia.*

*Słuchając historii innych pań
wiem, że nie tylko ja zmagam
się z pewnymi problemami, że
moje obawy czy odczucia są
podobne do uczuć innych.
To sprawia ulgę.*



Miałam okazję
poszerzyć swoje
wiadomości
i znaleźć chwilę na
zastanowienie się nad
moimi możliwościami.

**„Marzec na obcasach”,
czekałam cały rok na te
warsztaty. Bardzo pozytywnie
na mnie wpływają, dodają mi
dużo energii i wiedzy, którą
pozytywnie wykorzystam.
Bardzo dziękuję za wspianą
atmosferę.**

Historie innych
kobiet są dla
mnie inspiracją,
można z nich
czerpać wiele
motywacji.

*Zajęcia na bardzo
wysokim poziomie,
będę wszystkim je
polecać.
Bardzo potrzebne są
zajęcia w formie
warsztatów.
Dziękuję.*

Czerwiec 2018

Cykl warsztatów rozwojowych dedykowany Seniorom



W programie m.in.

- **Warsztaty z asertywności** (*praktyczne aspekty asertywności na co dzień*).
- **Odkrywanie mocnych stron, talentów, potencjału osobistego i zawodowego.**
- **Jak Cię widzą tak Cię piszą i mówią o Tobie. Wizerunek współczesnego seniora** (*komunikacja interpersonalna, wizerunek - makijażystka, stylistka*).
- **Moje marzenia wczoraj i dziś. Jak zrealizować je jutro?** (*poprzez marzenia do celu*)
- **Poczucie bezpieczeństwa i stres** (*jak zadbać o swoje poczucie bezpieczeństwa i zredukować stres*).
- **W zdrowym ciele zdrowy Senior** (*zdrowy styl życia, dieta, aktywność fizyczna*).
- **Senior IT** (*poszukiwanie informacji w Internecie, obsługa poczty e-mail, wysyłanie sms i mms ze smartfonów, jak robić dobrze zdjęcia telefonem, jak założyć bezpieczne konto na FB - korzyści zawodowe i społeczne.*

Warsztat praktyczny z wykorzystaniem laptopów.

- **Warsztaty międzypokoleniowe. Czego możemy wzajemnie się od siebie nauczyć?**

Do udziału w warsztatach zostaną zaproszeni seniorzy i młodzież/osoby młode.

Poruszymy kwestie postrzegania młodzieży /osób młodych przez seniorów i odwrotnie.

Warsztaty nastawione na łączenie, zbliżanie pokoleń, dzielenie się wiedzą, doświadczeniem i praktycznym poszukiwaniem „mostów” łączących ze sobą seniorów i ludzi młodych, czyli m.in. tego, czego możemy się od siebie nauczyć.



Poradnictwo Zawodowe



WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY W GDAŃSKU
Partner w rozwoju. WUP Pomorze



Dziękuję za uwagę.

Iwona Piotrowska

*Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej
w Gdańsku*

Doradca zawodowy

Kontakt

Wojewódzki Urząd Pracy w Gdańsku

Ul. Żabi Kruk 16

80-822 Gdańsk

tel.: 58 32 37 230

email: doradcy@wup.gdansk.pl