

26 marca 2014



## Za 5 minut praca

Projekt "Za 5 minut praca" realizowany przez Consultor sp. z o o oraz Forum Młodych

Lewiatan Regionu Świętokrzyskiego, skierowany jest do osób, które mierzą się, lub niedługo będą miały się zmierzyć z poszukiwaniem pierwszej pracy. Projekt przewidywał trzy sobotnie sesje szkoleniowe na terenie Kielc. Dwa spotkania już się odbyły.

- Szkolenia zostały podzielone na bloki tematyczne: kreowanie wizerunku, autoprezentacja, pierwsze spotkanie z pracodawcą - mówi **Katarzyna Perdzyńska-Zarzeczny**, koordynator projektu, prowadząca sobotnie zajęcia. Chciałabym przygotować słuchaczy do rozmowy kwalifikacyjnej, nauczyć, w jaki sposób przygotować niezbędne do ubiegania się o prace dokumenty.

Część wiedzy przekazywana jest w formie wykładu, jednak, co podkreśla prowadząca, bardzo ważny jest aktywny udział uczestników. Stąd praca zespołowa, ćwiczenia w parach, ćwiczenia indywidualne, dyskusje.

Pani Izabella przyszła na szkolenie, ponieważ szuka dodatkowego zajęcia. Pojawiło się pytanie: od czego zacząć, jak przygotować się do rozmowy, czego oczekują pracodawcy. Projekt „Za 5 min. praca” jest stworzony jakby specjalnie dla niej, przybliży zagadnienia, o których niewiele wiedziała.

Dariusz jest studentem kierunku doradztwo zawodowe i personalne. Przedmiotów jest dużo. Wśród nich socjologia, filozofia, ale nauki praktycznej, jak się zaprezentować, jak przygotować do rozmów z pracodawcą, w ogóle. Dziwi się pan Dariusz takiej sytuacji, ale na tym nie poprzestaje. Szukając możliwości dokończenia, korzysta z różnych szkoleń.

- Dzisiaj będziemy prezentować się przed kamerą, kreując własny wizerunek. Pracować będziemy w małych grupach. Wiedza na temat poszukiwania pracy, z uwzględnieniem etapu planowania kariery zawodowej i etapu aktywnego poszukiwania ofert, poznanie błędów które najczęściej są popełniane w rozmowach kwalifikacyjnych, często rzutują na końcowy efekt wysiłków podejmowanych przez potencjalnego kandydata. Wiem co mówię, bo sama przyjąłam wiele osób do pracy i kilkoro zwolniłam - mówi **Katarzyna Perdzyńska-Zarzeczny**. Dlatego chciałabym przede wszystkim, aby po szkoleniu słuchacze nie czuli się zagubieni, chciałabym podnieść ich pewność siebie i przekonanie, że mają kompetencje, które umożliwią im poruszanie się na niełatwym rynku pracy. Zresztą, po zakończeniu tego bezpłatnego kursu, otrzymają certyfikaty poświadczające nabyte umiejętności.

Czy skromność jest przereklamowana? Na tak postawione pytanie słuchacze odpowiadają różnie. Czy powiedzenie : siedz w kącie, a znajdą Cię, jest jeszcze aktualne? Czy naprawdę przekaz werbalny jest mniej ważny od niewerbalnego? Emilia, studentka z Kielc uważa że najlepiej wszystko wyważyć. Nie można czekać beczynnie, trzeba przygotowywać się do

wejścia na rynek pracy, ale nie można być wyzywającym, butnym. Pani Emilia kończy niedługo studia. Jest przekonana, że to, czego dowiaduje się na tym kursie, pozwoli jej z większą swobodą i pewnością siebie poruszać się w poszukiwaniu ofert pracy. Na to liczą także pozostałe osoby, które chwalą sobie zakres zagadnień wybrany do tego projektu. Wśród nich są dwie uczennice LO Wiktoria i Ola.

- Nie wiedziałyśmy tego wszystkiego, choćby tego, jak trzeba ubrać się na rozmowę, jak zachowywać. Ciekawy był wykład o znaczeniu mowy ciała, kreowaniu wizerunku, mówią zgodnie.

Zajęcia w ramach projektu organizowane będą cyklicznie. Osoby zainteresowane mogą zgłaszać chęć udziału w bezpłatnych zajęciach pod numerem telefonu: 509 612 302 lub na adres e-mail: [k.perdzynska@consultor.pl](mailto:k.perdzynska@consultor.pl)