



Kontaktní pracoviště Jihlava  
Informační a poradenské středisko ÚP ČR

*Malé poradenské  
programy  
KoP Jihlava*

# MALÉ PORADENSKÉ PROGRAMY

Nabízíme soubor sedmi **Malých poradenských programů** pro uchazeče o zaměstnání, kteří pociťují obtíže při jednání o pracovních příležitostech, potřebují posílit svoji sebedůvěru, motivaci a schopnost pozitivně se prezentovat na trhu práce.

Jednotlivé Malé poradenské programy probíhají jako 2 nebo 3 skupinové schůzky v předem určené dny v rozsahu 3 hodin.

## **Sebepoznávání a sebe prezentace**

Uchazeč se v kurzu naučí poznat sám sebe. Identifikuje svoje silné a slabé stránky. Dokáže si uvědomit a popsat své kompetence (znalosti a dovednosti), které může zaměstnavateli nabídnout. Naučí se mluvit sám o sobě, prezentovat se před zaměstnavatelem. Součástí kurzu je i sebe prezentace jednotlivých účastníků před skupinou.

## **Komunikace a výběrové řízení**

Uchazeč se v kurzu naučí komunikovat se zaměstnavatelem a také jak vhodně reagovat na otázky při pracovním pohovoru. Součástí kurzu je i praktický nácvik výběrového řízení.

## **Životopis**

Uchazeč se v kurzu dozví, proč psát životopis. Naučí se dát svému životopisu formu a styl. Dozví se, jakou strukturu a obsah by měl mít životopis, aby oslovil zaměstnavatele. Uchazeč si odnese vypracovaný životopis.

## **Motivační dopis**

Uchazeč se v kurzu dozví, z jakého důvodu je dobré zaměstnavateli poslat kromě životopisu i motivační dopis. Zjistí, jakých chyb a frází se v motivačním dopise vyvarovat a naopak, na jaké informace má dát důraz. Uchazeč si odnese vypracovaný motivační dopis.

## **Orientace na trhu práce**

Uchazeč se v průběhu kurzu naučí orientovat na trhu práce, vyhledávat volná pracovní místa. Zjistí, jaké jsou metody a techniky hledání zaměstnání.

## **Základy pracovně právního poradenství**

Uchazeč získá základní informace o uzavírání a ukončování pracovních poměrů. Naučí se, na co dávat pozor při uzavírání pracovní smlouvy a jaké jsou její náležitosti. Dále se naučí rozlišovat pracovní smlouvu, Dohodu o provedení práce a Dohodu o pracovní činnosti.

## **Finanční gramotnost**

V tomto poradenském programu uchazeč získá základní informace o hospodaření domácnosti, finančních produktech, tvorbě rezerv a také o tom, jak se zadlužit zdravě a nespadnout do dluhové pasti. Dále získá informace o tom, co dělat, když už se dostal do finančních potíží, jak tuto situaci řešit a na koho se obrátit.