

# Kurs Inspiracji

Łukasz Kraczka Data publikacji: 01.12.2017

---

**Zadaniem programu jest zainspirowanie uczestników i zmotywowanie do aktywnego podejścia do swojej przyszłości na rynku pracy. To propozycja dla osób oczekujących wsparcia w przełamywaniu barier związanych z brakiem aktywności zawodowej bądź niesatysfakcjonującą aktywnością zawodową.**

Celem zajęć jest też uświadamianie uczestnikom ich możliwości działania, konieczności wzięcia odpowiedzialności za siebie i swoje życie oraz przyjęcia postawy gotowości do zmian.

## **Dzięki udziałowi w programie:**

- wzmocnisz poczucie własnej wartości;
- zdobędziesz umiejętność podejmowania decyzji zawodowych;
- zrozumiesz znaczenie świadomego i celowego wykorzystania osobistych doświadczeń i możliwości w działaniach zmieniających własną sytuację na rynku pracy;
- opracujesz indywidualny plan działania wskazujący kroki, które należy zrealizować, aby osiągnąć założony cel;
- wzbudzisz trwałą motywację do ciągłego rozwoju zawodowego;
- wzmocnisz postawy poszukiwania rozwiązań;
- nawiądziesz kontakty z osobami będącymi w podobnej sytuacji i uzyskasz wzajemne wsparcie.

## **Będziemy rozmawiać o:**

- samopoznaniu i identyfikacji własnego potencjału zawodowego;
- indywidualnych uwarunkowaniach przystosowania i funkcjonowania społecznego;
- konsekwencjach przyjmowania w życiu określonych postaw;
- znaczeniu komunikacji, stresu i zachowań asertywnych;
- wartościach życia, znaczeniu pracy i oczekiwaniach wobec pracy.

Udział w programie poprzedzony jest indywidualną rozmową doradczą. Daje możliwość kontynuowania doradztwa indywidualnego z wykorzystaniem wypracowanych podczas warsztatów materiałów, wykonanych testów oraz zrealizowanych indywidualnych i grupowych zadań

## **Czas trwania:**

20 godzin (5 dni po 4 godziny).

**Udział w programie jest bezpłatny.**