



Jak být spokojeným kariérovým poradcem

Program zážitkového semináře EKS

15.11.2018, 9:00 - 16:00

Kulturní centrum Labuť Říčany

ul. 17. Listopadu 214, Říčany u Prahy

9:00 - 9:30 Registrace

9:30 - 11:15 PREZENTACE:

Spokojený kariérový poradce – nedostižný ideál?

(Eva Kavková, EKS)

Ukážeme si, jak pomocí drobných změn proměnit tento sen v realitu. Jak můžeme pečovat sami o sebe a přitom zvítězit nad věčným pocitem nestíhání? Jak si dopřát okamžiky štěstí v každé situaci a životním období? Co to je vlastně flow a jak jej v práci využít?



Podpora kompetencí kariérových poradců.

(Centrum Euroguidance, Dům zahraniční spolupráce)

Představíme Centrum Euroguidance, které je součástí 11 evropských center a které poskytuje příležitosti k mobilitě kariérových poradců, účast na zahraničních studijních návštěvách, seminářích a konferencích vč. mezinárodního semináře Cross Border. Ukážeme zkušenosti z modelového výcviku kariérových poradců vedeného lektory z evropských zemí.

Odvrácená tvář trhu práce. Jak se vyrovnat s tlaky, které přináší?

(Helena Košťálová, EKS)

Moderní doba nám přináší možnosti, o jakých se našim pradědečkům ani nesnilo. Nezřídká však za cenu nejistoty a stresu. Jak proplout trhem práce 21. století a udržet si spokojenost? Dozvíte se, na co si dát pozor, jak se nenechat zaskočit, které hrozby jsou reálné a které si někdy zbytečně tvoříme v našich představách.

Specifika kariérového poradenství s klienty se zápisem v trestním rejstříku (Renata Hovorková, Rubikon)

V prezentaci představíme organizaci RUBIKON Centrum, aktivity, postupy spolupráce s klienty a se zaměstnavateli. Dozvíte se, jak pracujeme s udržením motivace klienta a jaké kroky vedou k cíli získání a udržení si zaměstnání. Také uslyšíte o podpůrných aktivitách, které pro tyto klienty pořádáme a kde se mohou realizovat i v rámci volného času.



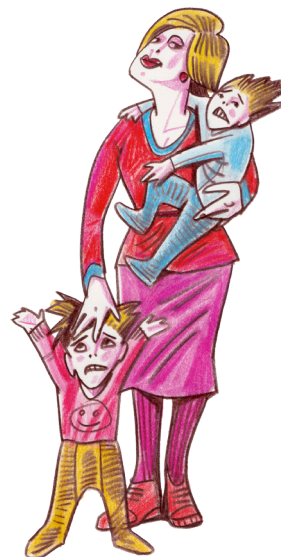
Psychosomatizace a dopad stresu na zdraví člověka (Tereza Hodycová, terapeutka)
Stres zasahuje do všech biologických řídicích systémů organismu- imunitní systém, hormonální systém, nervový systém. Tělesný problém se začne projevovat tehdy, když stres přehlídíme, nereagujeme adekvátně na stresové situace, stres se stane chronickým. Vhodnou prací s emocemi a psychikou člověka lze znovu nastartovat samouzdravné procesy.

11:15 - 11:45 Pauza

11:45 - 13:00 WORKSHOPY :

Markéta Cudlínová: Jak pomoci klientům lépe zvládat proměnlivost světa práce

Proměnlivost dnešního světa práce sebou nese velkou dávku nejistoty. A existuje způsob, jak se lépe vyrovnat s výzvami, které na nás rychlé změny okolního světa kladou? Na workshopu si ukážeme, jak v poradenství využít jednotlivé fáze procesu adaptace na změny a podpořit tak naše klienty při jejich zvládnutí. Workshop bude probíhat zážitkovou formou a jednotlivé aktivity si vyzkoušíte přímo na sobě.



Helena Košťálová: Aktivně proti stresu

Na workshopu se zaměříme na to, co vlastně je stres. Sestavíte si seznam klíčových spouštěčů stresu ve vašem životě a pobavíme se o tom, co vám pomůže zvýšit odolnost vůči stresu. V závěru workshopu si vyzkoušíte jednoduché relaxační techniky, které vám pomohou dostat stres pod kontrolu.

13:00 - 14:00 Oběd

14:00 - 15:15 WORKSHOPY:

Helena Košťálová: Aktivně proti stresu

Markéta Cudlínová: Jak pomoci klientům lépe zvládat proměnlivost světa práce

15:30 Křest a rozdání nové publikace

V EKS se řídíme heslem „nejdůležitější nástroj kariérového poradenství je poradce“, a proto o sebe v práci pečujeme. A totéž jsme chtěli dopřát i vám. Připravili jsme proto publikaci, kde najdete nejen užitečná témata při práci s klienty, ale také témata věnovaná „práci se sebou samým“, jako je např. prevence stresu nebo rovnováha osobního a pracovního života.

Seminář se koná v rámci projektu “Práce bez předsudků”, podpořeného EU.



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

