Warsztaty: dla kobiet, dla pracy

WUP Poznań Data publikacji: 30.11.2015

Na zajęcia dla kobiet, które po przerwie w aktywności zawodowej zamierzają powrócić do pracy, zaprasza Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Poznaniu. Będą się one odbywały w formie warsztatów. Ich celem jest uświadomienie uczestniczkom swoich mocnych stron oraz stworzenie planu przydatnego w ponownym odnalezieniu własnego miejsca w życiu zawodowym. Warsztaty skierowane są również do kobiet, które dłuższy czas bezskutecznie poszukują zatrudnienia i chciałyby zwiększyć swoją skuteczność poszukiwania pracy.

Przed podjęciem decyzji o powrocie do pracy każda z kobiet powinna zadać sobie pytanie, jakie są jej najważniejsze cele i zainteresowania zawodowe, jakie umiejętności chciałaby wykorzystać w pracy i w życiu osobistym. Warto, by dały sobie szansę i nauczyły się pozytywnego podejścia do zmiany, skupiając się na tym, co dotychczas udało im się dokonać i tym, czego jeszcze mogą się nauczyć lub osiągnąć. Doradcy zawodowi przekonują, że ważne jest, by poznać swój potencjał i podjąć działania dla jego rozwoju.

Kobiety najczęściej przerywają pracę zawodową ze względu na urlop wychowawczy i konieczność opieki nad dzieckiem lub inną osobą z rodziny. Po kilku latach nieobecności na rynku z dużą obawą podchodzą do poszukiwania zatrudnienia. Najczęściej brakuje im wiary w siebie i trudno wyobrazić im sobie zmianę sytuacji. Nie wierzą, że po tak długim czasie nieobecności na rynku uda im się spełnić oczekiwania pracodawców. Jednak zamiast myśleć o przerwie w zatrudnieniu w kategoriach straty, lepiej zastanowić się, jak ten czas przyczynił się do osobistego rozwoju. Możliwe, że sytuacja życiowa wykształciła w nich cenne umiejętności, których nie potrafią dostrzec i docenić. Wartość potencjalnego pracownika wynika bowiem nie tylko z formalnego wykształcenia i doświadczenia zawodowego.

Posiadane umiejętności można ująć w dwie kategorie – tzw. umiejętności „twarde" i „miękkie". Do tych pierwszych należy wiedza specjalistyczna z wybranej dziedziny, praktyczne umiejętności zawodowe, np. obsługa programów komputerowych, obsługa wózka widłowego, kasy fiskalnej czy znajomość języka obcego. Są to umiejętności, które można rozwijać poprzez pracę zawodową, udział w szkoleniach i kursach. W terminach używanych w rekrutacji pracowników często pojawia się również określenie „umiejętności miękkie". Zwykle właśnie u kobiet, które sprawują opiekę nad bliskimi i odpowiadają za organizację życia rodzinnego, można wskazać wysoki poziom umiejętności zarządzania czasem i planowania. Często potrafią wypracować dużą odporność na stres czy działać pod presją czasu, kiedy na nich spoczywa odpowiedzialność za czyjeś zdrowie lub życie. Efekt codziennego zaangażowania w opiekę nad drugą osobą wymaga również umiejętności koncentracji, kreatywności, elastyczności myślenia.

Wszystko to może mieć wpływ na efektywność w radzeniu sobie w pracy oraz godzeniu obowiązków zawodowych z życiem osobistym. Umiejętności „miękkie" można także rozwijać poprzez udział w spotkaniach, np. dotyczących aktywnego poszukiwania pracy, przedsiębiorczości, szeroko rozumianej komunikacji, asertywności czy pokonywania stresu, które również znajdują się w ofercie bezpłatnych warsztatów i spotkań WUP w Poznaniu. Z aktualną ofertą zajęć można zapoznać się na stronie internetowej wuppoznan.praca.gov.pl w zakładce Aktualności warsztatowe.

Powrót do aktywności zawodowej – warsztaty dla kobiet
Termin: 10 - 11.12.2015r., godz. 9.00 – 13.30
Zapisy pod nr tel. 61 846 38 52. Zajęcia odbędą się w Wojewódzkim Urzędzie Pracy w Poznaniu przy ul. Kościelnej 37, sala nr 55.