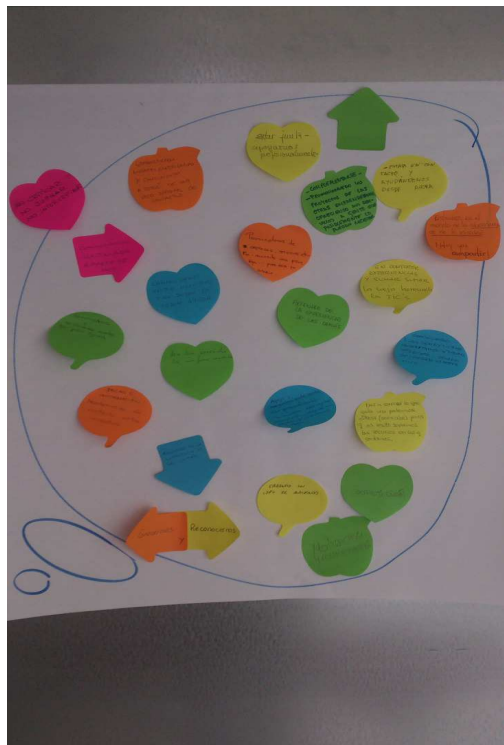


TALLER DE HABILIDADES PARA LA BÚSQUEDA ACTIVA DE EMPLEO



No lo haré

No puedo hacerlo

Voy a intentarlo

Quiero hacerlo

Puedo hacerlo

Voy a hacerlo

Lo voy a conseguir

¡LO CONSEGUÍ!

TALLER DE HABILIDADES PARA LA BÚSQUEDA ACTIVA DE EMPLEO

Buscar un empleo adecuado a nuestro perfil profesional y ajustado a nuestros intereses resulta difícil en estos tiempos. Además de nuestras propias condiciones de vida, nuestro pensamiento también condiciona la búsqueda de empleo y el cómo nos sentimos durante el proceso. Por eso, es muy importante que analicemos nuestros pensamientos y que realicemos un proceso de empoderamiento para identificar los factores externos e internos que nos limitan o nos posibilitan afrontar el proceso de búsqueda activa de empleo con éxito.

Contenidos:

- ¿Cómo es mi posicionamiento personal ante la búsqueda de empleo?.
- ¿Cuál es mi respuesta emocional ante la decisión de iniciar una búsqueda activa de empleo?.
- ¿Existen condicionantes vinculados a roles de género?.
- Análisis y cuestionamiento de respuestas distorsionadas y disfuncionales en relación al plan de acción dirigido a la inserción laboral.
- Aprendizaje de recursos psicológicos, emocionales y comportamentales que nos ayuden a lograr nuestros objetivos.
- Entrenamiento en técnicas de búsqueda activa de empleo.
- Herramientas para afrontar las entrevistas de trabajo con éxito.
- Espacios de encuentro con empresas: se trata de facilitar un punto de encuentro entre las empresas y las asistentes al curso.

Cómo:

Sesiones teórico-prácticas, con grabación, visualización y análisis de simulaciones de entrevistas de trabajo.

“Si quieres que entienda, cuéntamelo; si quieres que lo comprenda, enséñamelo; pero, si tengo que aprenderlo, tengo que vivirlo”.

Imparten:

- **Módulo de coaching para búsqueda activa** (del 19 al 22 de octubre):
Toña Roa Vicente. Psicóloga.
- **Módulo de entrenamiento en entrevistas de trabajo** (del 26 al 29 de octubre, 2 y 3 de noviembre): Amaia Pinillos Remiro. Gaztelan.
- **Espacio de encuentro con empresas (Networking)**. (9 y 10 de noviembre):
Fundación Gaztelan.

Dirigido a:

Mujeres en edad laboral de Zizur Mayor .

Cuándo:

Del 19 al 22 de octubre, del 26 al 29 de octubre, 2 y 3, 9 y 10 de noviembre de 9:30 a 12:30.

Dónde:

Local de SSB de Zizur Mayor.

Inscríbete:

Del 23 de septiembre al 2 de octubre de 8:30 a 14:30 en el Servicio de Igualdad.

Más información: Servicio de Igualdad. Telf.: 948181896 / igualdad@zizurmayor.es

Precio del curso: 8 euros.

LAN BILAKETA AKTIBORAKO TREBETASUN TAILERRA

Garai hauetan zaila da gure lan-profilari eta gure interesei egokitutako lan egokia aurkitzea. Bizi baldintzez gain, gure pentsamenduak ere enpleguaren bilaketa eta prozesuaren bitartean nola sentitzen garen baldintzatzen ditu. Horregatik, gure pentsamenduak aztertzea oso garrantzitsua da, batez ere, hauek gure etorkizunaren hautua erabaki behar badute. Halaber, barruko eta kanpoko faktoreak identifikatzera ikasiko ditugu, lan aktiborako bilaketa errazteko eta arrakasta izateko prozesu honentan.

Edukiak:

- Nolakoa da nire jarrera lan bilaketarekiko?.
- Zein da nire emoziozko erantzuna lan bilaketa aktiboa hasteko erabakiarekiko?.
- Badira genero-rolekiko lotutako baldintzatzaileak?.
- Lanean txertatzeari zuzendutako ekintza planaren gaineko azterketa eta erantzun desitxuratuak eta disfuntzionalak zalantzak jarri.
- Gure helburuak lortzeko lagungarriak izan daitezkeen psikologiko, emozional eta jokabide baliabideak ikastea.
- Lan bilaketa aktiborako entrenamendua.
- Tresnak elkarriketa arrakastatsu bat izateko.
- Enprekin topaketa guneak: Ikastaroaren parte-hartzaileen eta enpresen arteko elkargunea errazteko.

Nola:

Saio teoriko-praktikoak egonen dira, baita grabaketak, bistaratze eta lan elkarriketa simulazioak ere.

“Ulertzea nahi baduzu, kontaidazu; konprenitzea nahi baduzu, erakutsiezadazu; baina, Ikasi behar badu, bizi behar dut”.

Nork ematen du:

- **Coaching aktiborako bilaketa entrenamendu moduloa** (Urriak 19tik 22ra): Toña Roa Vicente. Psikologoa
- **Lanerako elkarriketa entrenamendu moduloa** (Urriak 26tik 29ra, azaroak 2 eta 3): Amaia Pinillos Remiro. Gaztelan.
- **Enpresen arteko topagunea (Networking)** (Azaroak 9 eta 10): Gaztelan fundazioa.

Nori zuzenduta:

Zizur Nagusiko lanerako adinean dauden emakumeei.

Noiz:

Urriak 19tik 22ra, urriak 26tik 29ra, azaroak 2 , 3, 9 eta 10, 9:30etik 12.30era.

Non:

Zizur Nagusiko Oinarrizko Zerbitzuko lokaletan.

Izena-eman:

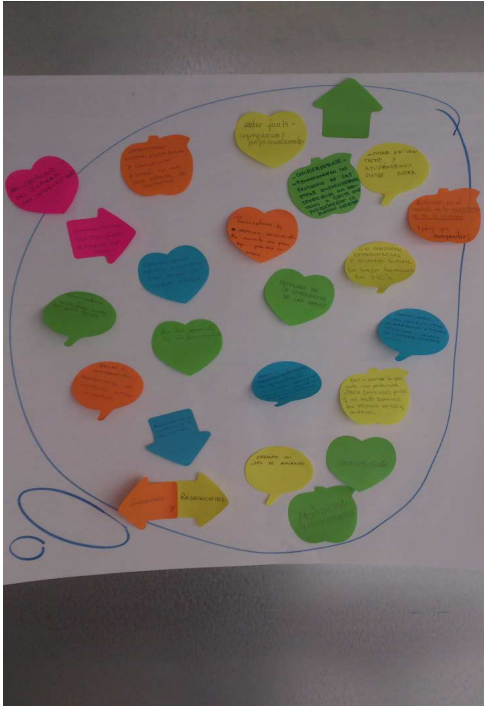
Irailaren 23tik urriaren 2ra, 8:30etik 14:30era, Berdintasunerako Zerbitzuan.

Informazio gehiago: Berdintasunerako Zerbitzua.

Tfnoa.: 948181896 / igualdad@zizurmayor.es

Ikastaroaren prezioa: 8 euro.

LAN BILAKETA AKTIBORAKO TREBETASUN TAILERRA



Ez dut eginen

Ezin dut egin

Saiatuko naiz

Egin nahi dut

Egin ahal dut

Eginen dut

Lortuko dut

LORTU DUT!

ANTOLATZEN DU:

Berdintasunerako Zerbitzua eta
Enplegu eta Toki Garapenerako Zerbitzua
Zizur Nagusiko Udala