

ON VAS AMB AQUESTA EDAT BUSCANT FEINA?

OBJECTIUS

La situació actual que encara ens fa patir una alta taxa d'atur ha fet que hi hagi persones grans (més de 45 anys) aturades de llarga duració, i aquest fet ha provocat una manca de confiança en si mateixos, falta d'idees, però sobre tot, de motivació i il·lusió que quedarà pales durant la entrevista.

Perquè?, com?, triar?... tot un seguit de dubtes, de pors que han fet que sobre tot les persones grans necessitin una formació de motivació i Coach com la que us presentem.

Un cop tinguem a les persones engrescades, ens las trobarem molt més disposades a engegar formacions, eines y processos que els puguin ajudar a retrobar el camí o pot ser a inventar-se creativament un altre de nou.

- Empoderar les persones grans de cara a la recerca de feina.
- Recuperar l'orgull professional quan ja estàs a la maduresa.
- Ajudar les persones grans a re descobrir el seu potencial professional.
- Re construir el futur professional fent servir la meixa matèria prima.
- Preparar emocionalment les persones per a poder entrenar-los en eines de recerca de feina adaptades a la seva realitat i que ho facin amb ganes.

CONTINGUTS

SESSIÓ 1

Objectius

- Fer un buidatge de com ens sentim emocionalment davant una situació d'atur a la edat de la maduresa.
- Suscitar una gran pregunta: Hi pot haver una altra visió de la recerca de feina?

Continguts

- Una altra òptica o la manera de gestionar la recerca proactiva de feina.
- Diferències entre "trobar" o "buscar" feina.
- Com vius emocionalment aquest procés?, Té sentit?, amb la edat que tinc, ningú m'escollarà.
- D'on ve la teva ferida professional?:
 - És la primera vegada que estàs a l'atur?
 - Has treballat molts anys a la mateixa empresa?
 - Has treballat molts anys seguits tot i que en varies empreses?
 - Has estat ocupat la majoria d'anys en el mateix sector, inclús pujant de rang?
 - Pot ser mai n'has fet una entrevista de feina?
 - Has anat progressant professionalment dins la mateixa empresa?
 - Has demostrat sobradament la teva vàlua professional i de cop y volta et trobes a la mateixa "línia de sortida" que altres col·lectius d'aturats estructurals?
 - Et sens des ubicat/ada professionalment parlant?
- Mites y llegendes, allò que es diu i m'hi cregut.
- On a anat a parar la teva autoestima?.

CONSULTORA

ACO SOLIMATGE

EXPERTS

Abel Cifuentes

COST

1.600 €

- Què és el que estic projectant en les entrevistes de feina?, ràbia, decepció, abatiment, desesperació...
- Què és el que tinc assumit?, perquè ho he assumit?, com m'està influïnt allò que tinc assumit?.
- "Mal de molts, consol de necis".
- Qui m'ha menjat el coco?.
- 14 idees perverses que volten pel cap de les persones grans que busquen feina.

SESSIÓ 2

Objectiu

- Ajudar les persones a sortir de les situacions emocionals que els impedeixen avançar i recuperar l'entusiasme de cara a la recerca de feina.
- Ajudar les persones a re configurar el seu futur i possibilitats laborals de manera realista.
- Provocar "el canvi". COMPROMÍS personal amb tu mateix.

Continguts

- Estic anul·lat/anul·lada per l'efecte d'alguna idea perversa?.
- Detectar si estic anul·lat per alguna idea perversa a nivell laboral.
- "Per la boca s'escalfa el forn", mira com t'expresses i què dius...
- Qui ens ha menjat el coco?, perquè?, perquè m'he deixat portar?...
- Vull sortir d'aquesta situació?, punt d'inflexió i decisió.
- Estudi i pràctica d'ús de la Graella de detecció, enderrocament i reconstrucció d'idees i creences perverses canviant-les a empoderadores de cara a la recerca de feina.

SESSIÓ 3

Objectiu

- Provocar l'empoderament a través de la visualització de noves idees potenciadores.
- Ajudar a crear una disciplina de re configuració del cervell per tal d'assumir noves idees que substitueixin les perverses que ens paralitzen.

Continguts

- Tècniques de reprogramació de les nostres idees de cara a la recerca de feina:
 - Afirmacions en veu alta.
 - Afirmacions escrites.
 - Imatges i sons.
 - Validació.
 - Simulació.

SESSIÓ 4

Objectius

- Ajudar a enfocar de manera precisa i amb ús estratègic de les eines bàsiques de comunicació en la recerca de feina.
- Proveir eines de recerca de feina adaptades al perfil de persones grans.
- Ajudar a crear argumentació positiva ver les persones grans en la recerca de feina.
- Ajudar a buscar els potencials personals/professionals i lluir-los.

Continguts

- Quina és la meva situació actual, valorem-ho, fem DAFO.
- Pregunta terrorífica: "Parli'ns de vostè"
- Dissenyar el millor discurs personal i professional.
- Aptituds, Actituds, Habilitats, Assoliments, embastar-ho tot:
 - ✓ Què és allò que em fa lluir?
 - ✓ Quins son els meus punts febles i que faig amb ells?
 - ✓ Quin és el meu valor professional?, tot depèn dels estudis?
- Aprendre a arriscar; és el moment d'arriscar?, sortir de la peixera?
- Com visc la recerca de feina **activa i autònoma**?, pros i contres. Podria ser la via més potent?...
- Què puc fer amb el meu CV?, manca estudis... discontinuïtat d'ocupació... com afrontar-ho?
- Organització màxima.
- Què em trobaré quan vagi a la entrevista?, fa "la tira" que no m'hi veig...

- Com mostrar-me assertiu a la entrevista de feina.
- He de ser empàtic amb l'entrevistador?, fer-ho em pot ajudar en la meua entrevista?
- I què em preguntaran?
- Com m'he de comportar?

METODOLOGIA

Es formula un procés dividit en 4 fases:

1. Aprofundiment en les situacions de bloqueig emocional per part de les persones grans.
2. Procés d'alliberament de les idees que tenen atemorides a aquestes persones.
3. Dotació de processos i eines d'empoderament
4. Revisió de i re enfocament de certes eines bàsiques en la recerca de feina de de el punt de vista de l'empoderament i no des de la passivitat.

Eines amb que es treballa:

- Coaching.
- PNL (programació Neuro lingüística).
- Ment- Emoció -Acció.
- Por VS motivació.
- Jocs de confiança i cooperació.
- Habilitats comunicatives.
- Gestió del temps.
- Intel·ligència Emocional.

PERFIL PARTICIPANTS

Col·lectiu de persones a partir dels 45 anys en situació d'atur i que es trobin desmotivats.

Persones que necessitin retrobar l'empenta que els ajudi a sortir de la passivitat provocada per la pèrdua de la creença en si mateixos.

Persones grans que necessitin reorientar-se i recuperar el seu orgull personal i professional.

DURADA

16 hores

EQUIPAMENT NECESSARI

- Canó digital, paperògraf i retoladors (o pissarra vileda).
- La sala ha d'estar organitzada amb taules tipus aula (en forma d'U).