***Tisztelt Ügyfelünk!***

A koronavírus járvány miatt kialakult veszélyhelyzetben is igyekszünk a pályázati projekt keretében tervezett tevékenységeket megvalósítani. Így a foglalkoztatási szakértők által vezetett, az egyéni fejlesztési tervvel rendelkező kliensek részvételével zajló foglalkozások esetében online úton történő teljesítést alkalmazunk átmeneti időre, a járvány terjedésének megakadályozása érdekében.

Az alábbi Tematika és a csatolt módszertani dokumentumok felhasználásával, online úton, illetve közvetítő szerepet játszó munkatársaink révén számítunk szíves visszajelzéseire!

**TEMATIKA**

**A célcsoport foglalkoztathatóságát elősegítő fejlesztési tevékenységek, egyéni fejlesztési terv alapján**

**A munkára való képesség javítása programelem**

A munkaerő-piaci szempontból hátrányos helyzetű, aktív korú vagy közfoglalkoztatott személyek munkaerő-piaci reintegrációja tekintetében a foglalkoztathatóság javításának egyik kulcsa a komplex kompetenciafejlesztés, a munkára való képességek javítása. A fejlesztő beavatkozások célja, hogy előrelépés történjen az egyének életében, aki eddig nem dolgozott, vagy foglalkoztatása csak támogatott foglalkoztatás keretében valósult meg, de képes lenne rá, az kerüljön foglalkoztatásba, illetve a nyílt munkaerőpiacon szerezzenek kereső tevékenységet és munkatapasztalatot a célcsoport tagjai. A fejlesztések egyik eleme és alapköve a munkára való képességek fejlesztésének előszobájaként, a munkára való képességek beazonosítása, a sikeres munkavégzéshez szükséges jellemzők, tulajdonságok, képességek definiálása, a munkaszocializációval kapcsolatos ismeretek átadása, majd ezt követően ezen készségek fejlesztése, mely szintén a programelem fő célkitűzései között szerepel.

A programelem megvalósítása során az alábbi ***témakörök*** kerülnek kibontásra:

1. A munkára való képesség meghatározó tényezői.
2. A munkára való képesség egyes elemei (személyes vonások, beállítódások, hiedelmek, értékek, képességek, készségek).
3. „Hard skills”, „soft skills”.
4. Tíz döntő képesség.
5. A munkára való képességek fejlesztésének módszerei.

A fenti tematikához kapcsolódóan a mellékletben található eszközöket biztosítjuk a szolgáltatáscsomag elméleti és gyakorlati útmutatásainak abszolválásához.

Mellékletek:

* Személyes jellemzők – Vérmérséklet, temperamentum - Feladat
* Munkavégzéshez szükséges, elvárt készségek, képességek - Feladat

**Melléklet:**

**Személyes jellemzők – Vérmérséklet, temperamentum**

Olvassa el az alábbi állításokat és karikázza be az állítások előtt szereplő betűket (K, SZ, M, F), amennyiben az állítás igaz Önre! Ha végzett, számolja össze az egyes betűket, és írja be az állítások alatt szereplő táblázatba, így megkapja, hány K, SZ, M, F betűt „gyűjtött össze” a karikázás során.

|  |  |
| --- | --- |
| Sz | 1.  Az emberek azt mondják, hogy nagyon barátságos vagyok. |
| M | 2.  Csak néhány barátom van, de azok nagyon közeliek. |
| K | 3.  Született vezető vagyok. |
| F | 4.  Inkább takarékoskodom, mint költekezem. |
| Sz | 5.  Élvezem az életet. |
| M | 6.  Szeretem, ha minden részlet tökéletes. |
| M | 7.  Sosem tudom, hogy milyen érzések uralnak majd aznap. |
| M | 8.  Könnyen kritizálom az embereket. |
| K | 9.  Robbanékony vérmérsékletű vagyok. |
| F | 10. Nehezen hozok döntést. |
| F | 11. A dolgok nem igazán hoznak ki a sodromból. |
| Sz | 12. Szeretem kiszínezni a történeteket. |
| Sz | 13. Nem vagyok túl megbízható. |
| M | 14. Nagy az önfegyelmem. |
| K | 15. Gyakran rideg és közönyös vagyok. |
| K | 16. Határozott vagyok. |
| F | 17. Jó, száraz humorom van. |
| F | 18. Szeretek csak tengni-lengni és semmit sem csinálni. |
| Sz | 19. Szétszórt vagyok. |
| F | 20. Inkább szemlélem a dolgokat, mint részt veszek bennük. |
| K | 21. Nehezen bocsátok meg. |
| K | 22. Nagyon tevékeny vagyok. |
| Sz | 23. Néha azt mondják, hogy túl hangosan beszélek. |
| M | 24. Hajlamos vagyok arra, hogy pesszimista és negatív legyek. |
| F | 25. Nem vagyok energikus. |
| F | 26. Nagy türelmem van. |
| Sz | 27. Szeretek beszélni. |
| M | 28. Nem szeretem a nagy bulikat, inkább néhány közeli barátommal vagyok. |
| Sz | 29. Lelkes vagyok. |
| K | 30. Az emberek azt mondják, hogy nagyon bátor vagyok. |
| K | 31. Mindenről van véleményem. |
| F | 32. Szeretek sokat aludni. |
| K | 33. Szeretem az irányításom alatt tartani a helyzeteket és az embereket. |
| M | 34. Nehezen kötök barátságokat. |
| M | 35. Szeretem a zenét és a művészeteket. |
| Sz | 36. Csaknem mindenkit szeretek. |
| K | 37. Nagyon magabiztos vagyok. |
| M | 38. Gyakran gondolom, hogy az emberek nem szeretnek. |
| Sz | 39. Bőkezű vagyok. |
| F | 40. Gyakran fáradtnak érzem magam. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Betű: | K | SZ | M | F |
| Jelölések száma: |  |  |  |  |

A fentiekben szereplő betűk egy-egy vérmérsékleti típust, temperamentumot jelölnek. Az alapján, hogy melyik betűt (betűket) jelölte legtöbbször, megtudhatja, melyik típusba tartozik. Természetesen az itt felsorolt jellemzők nem feltétlenül igazak mindenkire, csak általános leírást tartalmaznak.

**K: kolerikus (ingerlékeny – sárga epe – forró, gyors)** típus erős, gyors és tartós érzelmekkel reagál a helyzetekre. Hamar kialakul nála a ragaszkodás, vagy akár az elutasítás is, s tartósan megmarad ez az érzelem. A kolerikus ember jellemzői a kezdeményezőkészség, az idealista szemlélet, a kitartóképesség, intenzitás minden szempontból. Könnyen lelkesedik és könnyen dühbe gurul, de igazságszerető és pontos. Udvarias, gyakran modoros, szertartásos, hízelgő, önmagától eltelt, saját elvei szerint cselekszik. Makacs, becsvágyó, céljai elérése érdekében lehet köpönyegforgató, az erkölcs, az erény és a szép iránt nem mindig van érzéke.

**SZ:** **szangvinikus (derülátó – vér – meleg, vidám)** típus is gyors és erős érzelmekkel reagál, de ez esetükben nem tartós. A szangvinikus ember nyitott, minden iránt érdeklődik. Ítélete ritkán támaszkodik elvekre, általában nem haragtartó és rendkívül barátkozó. Tevékeny, könnyen túlpörgeti magát, a pillanatnyi benyomások vezérlik. Jelenléte szórakoztató, kellemesen szókimondó, mindig eszébe jut valami vidám dolog. Akkor válik veszélyessé, ha jókedve, szívélyessége felszínes viselkedésbe csap át és mindenbe beleszól, beavatkozik.

Az ezzel a vérmérséklettel rendelkező típusú személy nehézsége abból adódhat, hogy hirtelen felbuzdulásból sokat vállal, vagy túlzott ígéretekbe bocsátkozik, amit a későbbiekben a lelkesedés csökkenése miatti alulmotiváltság miatt hajlamos lehet nem teljesíteni. Felelőtlenné válhat, ha nem kellően ismeri önmagát, s ennek megfelelően rosszul kontrollálja kijelentéseit. A szangvinikusnak környezetével szemben erőteljes befogadó képessége van; a külső benyomások könnyen utat találnak nála az értelemhez és a szívhez. A léleknek ez a befogadóképessége azzal a ténnyel magyarázható, hogy a szangvinikus temperamentumnál az érzelmek uralkodnak A külső benyomások az ember érzelmeit keltik fel a legkönnyebben.

**F:** **flegmatikus** **(nyugodt, közönyös – testnedv – lassú, hűvös)** típus a nyugodt típus, akinek az érzelmeit nehezebb kiváltani, s akkor sem erős, és nem tartós. A flegmatikus ember nehéz helyzetben is megőrzi nyugalmát, kiegyensúlyozott, türelmes és kitartó. Mindig egyensúlyra törekszik, megbízható, ragaszkodik a szokásaihoz, ugyanakkor jellemzője az irónia és a cinizmus. Akkor válik negatívvá a környezete számára, ha a nyugalom unalommá, a szokások tisztelete pedantériává fajul. Érzelmi megnyilatkozásaiban visszafogott egyénről van szó. Természetesen az érzelmek kifejezése is tanulható, s ezt a képzésbe be is kell illeszteni, mint az érzelmi intelligencia fejlesztése.

**M:** **melankolikus** **(depressziós – fekete epe – szenvedő, borús, sötét)** típus érzelmei lassan váltódnak ki, gyengék, de tartósak. A melankolikus ember gyakran érzi úgy, hogy nem értik meg és nem ismerik el. Érzéseit elveinek rendeli alá, amelyek szilárdak, mások véleménye nemigen befolyásolja. Mélyreható gondolkodás, komolyság, együttérző-képesség jellemzi. Nagyra tartja és tiszteli az embert, a barátság magasztos számára. Állhatatossága néha makacssággá fajul és előtérbe kerülhet az akadékoskodó, kritizáló hajlama. E típus higgadtsággal tud elkötelezett lenni egy-egy feladat mellett, de akár ellene is. Ugyanúgy, mint a szangvinikus esetében, ezt a temperamentumot is az érzelmek uralják.



**Munkavégzéshez szükséges, elvárt készségek, képességek - Feladat**

Melyek lehetnek a legfontosabb készségek, képességek, tulajdonságok, mit vár el egy munkáltató a munkavállalóitól? Szakmánként, szakterületenként, munkahelyenként változó lehet, hogy milyen elvárásokat támasztanak a foglalkoztatók, de vannak olyan általános, alapvető képességek és tulajdonságok, amelyek a munkakeresés és a munkában való helytállás alapvető feltételei, az önéletrajzok megjelenítendő elemei.

1. Pontozza az alábbi táblázatban szereplő készségeket, képességeket 1-10-ig, aszerint, hogy Ön szerint melyik mennyire fontos és elvárt a munkavégzés során.

|  |  |
| --- | --- |
| **Tulajdonság, készség, képesség** | **A készség, képesség, tulajdonság pontszáma a fontossága szerint (1-10)** |
| Szaktudás, szakszerűség |  |
| Szakmai végzettség |  |
| Pontosság, precizitás |  |
| Rugalmasság |  |
| Jó problémamegoldó képesség |  |
| Önállóság |  |
| Kezdeményező készség, kreativitás |  |
| Tehetség, fejlődőképesség |  |
| Szorgalom |  |
| Gyorsaság |  |
| Lojalitás, hűség a munkáltató felé |  |
| Kommunikációs képesség |  |
| Becsületesség |  |
| Munkabírás |  |
| Engedelmesség |  |
| Érdeklődés, nyitottság |  |
| Csapatmunkára való készség |  |

2. Gyűjtse össze az erősségeit és gyengeségeit (készségeket, tulajdonságokat, egyéb szempontokat, körülményeket), amelyek segíthetik vagy nehezíthetik az elhelyezkedését!

|  |  |
| --- | --- |
| Erősségek | Gyengeségek |
|  |  |