

Lavoro, a Genova arriva il corso di formazione per disoccupati

di **Redazione**

03 Luglio 2013 - 14:04



Genova. Per fornire un supporto agli iscritti UIL e, più in generale ai cittadini alla ricerca di un'occupazione, ai lavoratori in cassa integrazione o in mobilità, Centro Studi Liguria offre un percorso di formazione gratuito realizzato con la collaborazione di una psicologa e di professionisti nel settore della selezione del personale.

Le candidature potranno essere inviate a partire dal 03 luglio 2013 sino al raggiungimento del numero di partecipanti per comporre l'Aula. Gli interessati potranno presentarsi direttamente presso i ns. Uffici o indirizzarci un email avente oggetto: corso di formazione.

Modulo A: I partecipanti impareranno ad agire incrementando il livello di fiducia nelle proprie capacità di risolvere i problemi e di conseguire obiettivi. Numero di incontri: 5. Durata di ogni incontro 2 ore. Totale ore: 10. Frequenza: settimanale. Metodologia: partecipazione attiva del gruppo, esercitazioni individuali e in gruppo.

Contenuti e specifiche attività: Quali passi compiere dopo la compilazione del Curriculum Vitae: Obiettivi da raggiungere: errori da evitare e azioni da compiere. Comunicazione: imparare a comunicare e gestire i diversi canali di comunicazione. Preparazione al colloquio attraverso simulazioni di colloqui, gestire la mimica, il contatto oculare, la voce e non farsi prendere dall'emozione. Sviluppo della motivazione. Problem solving. Sviluppo della creatività.

Modulo B: I partecipanti impareranno ad utilizzare le proprie capacità e risorse per conseguire i loro obiettivi lavorativi e personali. Numero di incontri: 5 Durata di ogni incontro 2 ore. Totale ore: 10. Frequenza: settimanale. Metodologia: partecipazione attiva del gruppo, esercitazioni individuali e in gruppo.

Contenuti e specifiche attività: Definizione di stress: stress positivo e negativo, tecniche per gestire lo stress negativo. Sapere di poter fare: introduzione all'empowerment, esercitazioni individuali e in gruppo.

Sviluppo dell'intelligenza emotiva: esercitazioni individuali e in gruppo. Sviluppo della consapevolezza: esercitazioni pratiche, tecniche di tipo psico-corporeo. Progettare un piano personale di miglioramento e autopromozione verso l'autorealizzazione.