

SESSÕES DE COACHING PARA A EMPREGABILIDADE

EDIÇÃO 2013

Contexto

Dando continuidade a um trabalho já desenvolvido desde 2011, as ações de coaching para a empregabilidade de 2013 vêm dar resposta a uma avaliação extremamente positiva e enriquecedora que tem vindo a ser realizada pelos seus participantes. Desta destaque-se o ponto de vista do conhecimento adquirido, da possibilidade de reflexão e do vital incremento da auto-estima e de positividade. Tratam-se de momentos verdadeiramente participativos e de exercício da cidadania.

Reconhecendo que o contexto socioeconómico nacional do ano de 2013 continuará fortemente marcado pela vulnerabilidade laboral, como nos têm vindo a revelar as taxas sempre crescentes de desemprego, pretendemos dar continuidade a todo este trabalho de acompanhamento e de reforço da motivação de públicos vulneráveis.

Objetivo geral

Promover o desenvolvimento de competências pessoais e relacionais integrando-as na gestão de um projecto de empregabilidade.

Objetivos específicos

- Fornecer técnicas e métodos de Coaching para o desenvolvimento de competências pessoais e relacionais
- Desenvolver a capacidade de desenhar objetivos inspiradores
- Proporcionar ferramentas para a auto motivação e adoção de uma atitude diferenciadora face ao mercado de trabalho atual
- Dotar os participantes de flexibilidade comportamental

Público-alvo

Pessoas em situação de pobreza e de exclusão social, em situação de desemprego, por um período não superior a 4 anos

Metodologia

Metodologia interrogativa, interactiva e expositiva, através de exercícios práticos, observação e dinâmicas adaptadas ao grupo.

Programa

10h	Recepção aos participantes Apresentação do grupo Apresentação do plano de sessão e os seus objectivos
10:30h	Introdução Conceito de Coaching Principais aspetos do Coaching face à empregabilidade
11:30h	Pausa para café
11.45h	Desenvolvimento (...) A arte de definir objetivos inspiradores O triângulo das competências: as ferramentas, o conhecimento e a atitude
13.00h	Almoço
14.00h	(...) Desenvolvimento A roda das atitudes- auto analise Dicas de auto coaching para desenvolver competências e atitudes positivas
16.30h	Conclusão <i>(através de dinâmica adaptada ao grupo)</i> Reflexão sobre as principais vantagens do uso das dicas na abertura para o mercado de trabalho Desenvolvimento de planos de ação individuais
17h30	Encerramento da sessão