

Kariérní start

Mgr. Pavla Horáková

M U N I Kariérní
K C centrum

Kariérní start

Úvod

- Výchozí body výuky:
 - CMS (Career management Skills) ze severských zemí,
 - Zahraniční zkušenosti z University of Iceland, University of Aberdeen
 - Součástí kurikula univerzit evropských zemí (GB, Francie, Švédsko, Litva, Malta, Nizozemí, Estonsko...)
 - Dlouhodobé zkušenosti lektorů s kariérním poradenstvím
 - Koučovací přístup
- 80–90 % výuky interaktivní forma, 10–20 % frontální výuka
- ½ předmětu stanoveno lektory a odborníky, ½ vámi (výběr, volné téma)
- Práce v Interaktivní osnově předmětu v Isu, kariérním portálu JobCheckIN a s technologiemi
- Zkouška ani kolokvium není, v průběhu kurzu si sestavujete své portfolio pro vlastní využití

Kariérní start

Témata

- **Úvod, organizační záležitosti, stanovení kariérního cíle, koučovací rozhovor**
- **Přenositelné kompetence a jejich rozvoj**
- **Finanční smýšlení**
- **Profesní směřování**
- **Portfolio – životopis a motivační dopis**
- *Výběrové téma*
- *Výběrové téma*
- *Veletrh pracovních příležitostí (středa 21.11 namísto 23.11.)*
- *Volné téma*
- **Proces výběrového řízení (zástupci firmy)/volné/výběrové téma**
- **Závěr, kolokvium, ukončení**

Kariérní start

Výběrová témata

- Akční plán
- Organizační dovednosti
- Personal branding
- Pohovory
- Prezentační dovednosti
- Psychologická diagnostika
- Zvládání stresu a zátěže

Kariérní start

Podmínky

- ✓ 50% docházky (100% docházka na termínech 5. 10., 12.10., 19.10., 26.10., 2.11. a 7.12?)
- ✓ Splnění krátkých úkolů/zodpovězení otázek všech odpovědníků v Interaktivní osnově vždy do 1 týdne od tématicky zaměřeného kurzu, včetně výběrových a nových témat (celkem 10)
- ✓ Vyplnění 2 odpovědníků – na začátku semestru (2. 10.) a na konci semestru (14. 12)
- ✓ Vlastní report (rozsah min. 1 strana A4)
 - ✓ Úvod (metody, techniky k ujasnění profese)
 - ✓ Hlavní část (zhodnocení svých příležitostí a možností na trhu práce)
 - ✓ Shrnutí (klíčové zjištění o sobě, vlastní rozvoj)

Kariérní start

Přínos předmětu

- Aktivně přistupujete ke své kariéře v době studia na VŠ
- Prostor určený jen pro vás, čas k přemýšlení nad sebou
- Můžete hledat své možnosti a příležitosti
- Ujasníte si, co vás může bavit, v čem se můžete realizovat, ale také, co je pro vás reálné a co nikoliv
- Pracujete sami na sobě, lektori nehodnotí co je dobře a co špatně
- Můžete se mnohé dozvědět o sobě i o druhých
- Naučíte se naslouchat a klást otázky se, aniž byste druhé soudili – nový způsob komunikace
- Prozkoumáte jiné úhly pohledu a rozšíříte si obzory
- Můžete využít a propojit se na služby Kariérního centra MU
- Hodně ušetříte 😊

M U N I Kariérní
K C centrum

Kariérní start

Zásady

- **Zaměřit se do budoucnosti**
- **Nenutit svůj vlastní názor**
- **Nesoudit ani nekritizovat, ale podporovat**
- **Utlumit své postoje a názory**
- **Pozitivně formulovat**
- **Nedirektivně přistupovat**
- **Klást otevřené otázky**

Kariérní start

Úkol

- Vyplňte úvodní dotazník do 11.10. (v Interaktivních osnovách)
- Napište svůj cíl, který jste si vydefinoval/a na úvodní hodině předmětu Kariérní start. Využijte všechny části techniky SMART. (*Informace o SMART a otázku naleznete v Interaktivních osnovách předmětu*).

Děkuji za pozornost

horakova@kariera.muni.cz

Pavla.h@mail.muni.cz