

KOOS TÖÖLE - terviklik tugi lapsevanematele

Projekt KOOS TÖÖLE - terviklik tugi lapsevanematele on suunatud **kuni 7-aastaste laste vanematele, kes ei ole olnud töösuhtes** (on olnud töötud ja ei ole olnud kehtivat töölepingut) **vähemalt viimased 18 kuud.**

PROJEKTI TEGEVUSED ON OSALEJATELE TASUTA!

Projekti keskendumiskoht ei ole ainult osalejate tööle aitamine, vaid eesmärgiks on pakkuda terviklikku tuge, kuidas töö- ja pereelu ning haridustee jätkamine võimalikult stressivabalt ühildada.

Pakume lastevanematele suurepärast võimalust osaleda:

- erialastel koolitustel
 - rühma- ja meeskonnakoolitustel
 - tööklubides
 - tööpraktikal ettevõtetes
 - karjääri- ja kogemusnõustamistel
- **Rühmakoolituse "Õnnelik tööelu - müüt või tegelikkus?"** eesmärgiks on aidata osalejatel leida sisemist julgust tööle asumiseks ning tasakaalu töö- ja pereelu ühildamiseks. Koolitust viib läbi tuntud karjäärinõustaja Tiina Saar.

Õnnelik tööelu – müüt või tegelikkus?

Töölase eneseteostuse rühmakoolituse "Õnnelik tööelu – müüt või tegelikkus?" eesmärgiks on aidata osalejatel leida sisemist julgust tööle asumiseks ning tasakaalu töö- ja pereelu ühildamiseks.

Rühmakoolitust viib läbi tuntud karjäärinõustaja **Tiina Saar**.



Koolitusele on oodatud **kuni 7-aastaste laste vanemad, kes ei ole olnud töösuhtes** (on olnud töötud ja ei ole olnud kehtivat töölepingut) **vähemalt viimased 18 kuud.** Osalema on oodatud nii emad kui isad!

Koolituse raames osalejad:

- keskenduvad eneseanalüüsile – kuidas leida endas ülesvarjatud potentsiaale ja milliseid külgi peab endas arendama
- uurivad töölase eneseleidmise võimalusi ja kaasaegset tööfilosoofiat
- tutvuvad põhjaliselt karge eneseturundamisega tööturul ning harjutavad selleks vajalikke oskusi nagu tööle kandideerimise dokumentide koostamine ja tööintervjuu

Koolitusteemadeks on:

- Tutvumine. Ootuste kaardistamine. Rühma kokkulepped. Sissejuhatus enese analüüsi.
- Põhjalik eneseanalüüs. Nähtavate ja varjatud ressursside kaardistamine läbi huvide ja hobide. Jõustamine.
- Nähtavate ja varjatud ressursside kaardistamine läbi isiklike väärtuste. Nende ressursside kaardistamine, millest tuntakse puudust. Kuidas ennast tööturul pakkuda või müüa.
- Milliseid oskusi on vaja selleks, et tänapäeva tööturul läbi lüüa? Analüüs tehakse kaheksa võtmepädevuse näitel.
- Seitse erinevat karjääriviisi.
- Milliseid oskusi on vaja selleks, et tänapäeva säilitada täiendada oma vaimset jõuvaru?
- Tööõnne filosoofia ja selle kohandamine enda jaoks: kuidas ehitada unistuste tööelu, kui osa rahuldavast, heast, ja tähenduslik elust.
- Isiklike ressursside inventuur ja jõustamine. Kuidas ennast tööturul pakkuda või müüa.
- Isikuturundamine - loovate meetodite kasutamine CV, kaaskirja, motivatsioonikirja ja tööintervjuu ettevalmistamisel.
- Tulevikku projitseerimine. Milline elu mulle sobib. Ettevõtlus kui võimalus. Tuleviku rolli proovimine.

Koolituse meetoditeks on interaktiivsed loengud ja -harjutused, loovharjutused, rühmatööd, psühhodraama ja sotsiomeetria.

- **Meeskonnatöö koolituse** eesmärgiks on suurendada osalejate koostööoskusi, initsiatiivi ja ettevõtlikkust, et ületada tööturul konkureerimisel ette tulevad raskused ning suurendada osalejate tööle saamise võimalusi.

Meeskonnatöö koolitus

2-päevase meeskonnatöö koolituse eesmärgiks on suurendada osalejate koostööoskusi, initsiatiivi ja ettevõtlikkust, et ületada tööturul konkureerimisel ette tulevad raskused ning suurendada osalejate tööle saamise võimalusi.

Meeskonnatöö koolitust viivad läbi InterAct Projektid & Koolitus OÜ (www.interact.ee) koolitajad Annemai Mägi ja Katri-Liis Lepik, kellel on nii ettevõtluse kogemused, alla 7-aastased lapsed ning ka palju projektikogemusi, kuidas osalejaid julgustada koostööle.

Koolitusele on oodatud **kuni 7-aastaste laste vanemad, kes ei ole olnud töösuhtes vähemalt viimased 18 kuud.**

Osalema on oodatud nii emad kui isad!

Koolitusteemad:

- Tutvumine. Ootuste kaardistamine. Rühma kokkulepped.
- Mis on meeskonnatöö ja mis on meeskond.
- Meeskonna arengut ja koostööd mõjutavad faktorid.
- Meeskond ja motivatsioon. Motivatsioon kui alustala. Enda motivatsiooni(de)st ja vajadustest parem arusaamine.
- Probleemist lahenduseni. Eesmärgi mõistmine kui võti.
- Meeskonna ülesannete püstitamine ja ühisest eesmärgist arusaamine.
- Rollid ja rollijaotus meeskonnas.
- Erinevad isikuomadused ja meeskonna juhtimise alternatiivid. Inimestevahelised

erinevused kui tugevused.

- Kaasav juhtimine ja selle eelised. Kindlameelne kuid empaatiavõimeline meeskonnajuht ja selle tähtsus.
- Koostööd toetavad tegevused meeskonnas.
- Konfliktide lahendamise viisid. Isikute lahutamine probleemist.
- Tagasiside ja tunnustamine meeskonnas.
- Vestluste pidamine meeskonnas.
- Koosolekute juhtimine meeskonnas.
- Tööjaotus ja meeskonnatöö korraldus (nii sisulised kui tehnilised viisid).
- Infovahetuse sisulised ja tehnilised viisid edukaks koostööks.

Koolituse meetodid:

- Praktilised lühiloengud (palju näiteid), mis vahelduvad iseseisvate ülesannete ja rühmatöödega (sh üksteiselt õppimine).
- Aktiivõppe osakaal vähemalt 60%. Aluseks arutelud, diskussioon ning osalejate isiklike kogemuste põimimine temaatikaga.
- Koolituse aluseks on praktiliste näidetega ja ülesannetega konspekt, powerpointi ei kasutata.

Koolituse tulemusena osalejad:

- õpivad tundma meeskonnatöö olemust ning enda rolli selles;
 - saavad praktilisi oskusi ja teadmisi, kuidas meeskonnatööd korraldada või meeskonnas ise liikmena sõbralikult ja hästi tegutseda ning koos tulemusi saavutada;
 - õpivad KOOS leidma lahendusi, kuidas leida tööd;
 - õpivad mõnevõrra tunnetama, millisesse rolli ma meeskonnas sobin.
- **Erialased koolitused** on arvuti-, ettevõtluse-, halduskorralduse, personalitöö jm valdkondadega seotud. Lisame algavate koolituse info peatselt kodulehele!
 - **Tööklubide** raames tutvustatakse osalejatele kohalikku tööturu olukorda ning tööotsimiskanaleid ja tutvustatakse töösuhte sõlmimisega seotud seadusandlust. Samuti arendatakse sotsiaalseid oskuseid, mis on abiks töökoha leidmisel. Lisame algavate koolituse info peatselt kodulehele!

Tööklubid

Projekti KOOS TÖÖLE tööklubid kestavad umbes 2-3 tundi ning nende sisu on seotud tööle saamise ning töökoha otsimisega.

Tööklubide raames:

- tutvustatakse kohalikku tööturu olukorda ning tööotsimiskanaleid, õpetatakse koostama CVd ja motivatsioonikirja,
 - viiakse läbi videotreening - kuidas käituda töövestlustel,
 - viiakse läbi tööle rakendamist toetav psühholoogiline rühmanõustamine – töö- ja pereelu ühildamisega kaasnevatest hirmudest ülesaamine, praktiline tugi, kuidas korraldada töö-ja pereelu ühildamist ning vältida sellega kaasnevat stressi,
 - tutvustatakse töösuhte sõlmimisega seotud seadusandlust,
 - arendatakse sotsiaalseid oskusi, mis on abiks töökoha leidmisel.
- **Karjäärinõustamise** tulemusena valmib osalejatel karjääriplaan.

- **Tutvumis- ja tööpraktikat** pakume koostöös partneritest ettevõtetega. Tööpraktika läbinud saavad praktika läbimise tunnistuse.

Lisaks pakume ka vajadusel **lapsehoiuteenust** ja korraldame **lastele erinevaid põnevaid huvitegevusi**.

Projekti tegevustes osalejatel on võimalus taotleda **stipendiumi ja sõidutoetust!**

Kõikides KOOS TÖÖLE tugiteenustes on võimalik osaleda vastavalt iga osaleja individuaalsele vajadusele.

Projekti tegevused toimuvad Harjumaal, Ida-Virumaal ja Saaremaal. Osalema on oodatud nii emad kui isad!

PROJEKTI TOETAJA:



Euroopa Sotsiaalfondi meede 1.3.1 "Kvalifitseeritud tööjõu pakkumise suurendamine" projekt „KOOS TÖÖLE – terviklik tugi lapsevanematele“. Projektikood 1.3.0102.13-0451