

**„Dobre CV, które podbije serce Twojego przyszłego szefa”**

Budżet działania: 0 zł

Czas przygotowania: 1 dzień

Czas trwania: 1,5 -2h ( w tym 0.5h przerwa kawowa)

Liczba organizatorów: 1

Liczba uczestników: 8

**Do kogo skierowane są warsztaty?**

Grupa docelowa, to osoby chcące zmienić swoją dotychczasową pracę, jak i osoby, które po raz pierwszy zasiadają do pisania tego rodzaju dokumentu aplikacyjnego. W trakcie zajęć poznamy nowe trendy w pisaniu CV, odświeżymy warsztat tworzenia dokumentów aplikacyjnych. Przyjrzymy się wspólnie swoim wewnętrznym motywacjom w podejściu do ewentualnych zmian zawodowych.

**Dlaczego warto?**

Świat leci nieubłagalnie do przodu, a rynek pracy i spojrzenie na karierię ewaluuje błyskawicznie. Zmieniają się nasze oczekiwania, jak i oczekiwania osób rekrutujących. Pogłebianie więdzy w trendach dotyczących aplikacji, jest więc wysoce wskazaną potrzebą.

**W TRAKCIE PRZYGOTOWANIA**

Przygotowanie materiałów na zajęcia - przeczytanie scenariusza i tekstów, obejrzenie filmów.

Materiały dla uczestników

* Blok karteczek biurowych,
* Długopisy,
* Flamastry,kredki,
* Czyste kartki A4, A3 do robienia notatek,
* Identyfikatory,

Materiały dla prowadzącego warsztaty:

Komputer z rzutnikiem i podłączeniem do Internetu:

* Link nr 1 -"Decyzja należy do Ciebie" - film motywacyjny - <https://www.youtube.com/watch?v=GSuu7NKe3Ho>
* Link nr 2 - „Jedna rzecz, którą robi tylko 1% ludzi – spróbujcie robić tak przez 21 dni, a osiągnięcie sukces” - <https://www.youtube.com/watch?v=cdI_dpF8Tpo>
* tablica ścieralna, marker.
* propozycje literatury fachowej z tematyki warsztatu, która jest dostępna dla wszystkich odwiedzających bibliotekę (źródła dostępne na końcu scenariusza).

Wydrukowane karty pracy:

Załącznik nr 1 – Czołówka warsztatu

Załącznik nr 2 – Karty z cytatem z „Alicji w Krainie Czarów” Levisa Corolla w przekładzie Antoniego Marianowicza.

Załącznik nr 3 – Cytat motywacyjny

Załącznik nr 4 – Ćwiczenie indywidualne 1

Załącznik nr 5 – Ćwiczenie indywidualne 2

Załącznik nr 6 – Wykres umiejętności

Załącznik nr 7 – Przykładowy schemat CV

Załącznik nr 8 - Przykładowe CV - poza schematem

Załącznik nr 8 – cytat Arystotelesa

Załącznik nr 9 - Bilans własnych umiejętności (zadanie domowe)

PLANOWANIE:

**Głównym celem:** warsztatu jest napisanie przemyślanego zarysu CV.

**Cele szczegółowe:**

**a.)** określenie wewnętrznych motywów aplikowania na nowe stanowisko pracy.

**b.)** określenie swoich mocnych stron, zalet. Usystematyzowanie swojego doświadczenia zawodowego w powiązaniu z wrodzonymi zdolnościami i talentami.

**c.)** zdobycie umiejętności wnikliwego analizowania ogłoszenia o pracęi stworzenie fundamentu, zarysu idealnego CV.

**Metody:** Uczestnicy przeanalizują swoje najważniejsze oczekiwania i potrzeby związane z oczekiwaną przyszłą pracą. Zastanowią się, co sami mogą zaoferować najcenniejszego swojemu przyszłemu pracodawcy.

Dowiedzą się, co to są dokumenty aplikacyjne. Przyjrzą się najpierw formie potencjalnego ogłoszenia, a następnie spojrzą na CV jako narzędzie, za pomocą którego osoba aplikująca nawiązuje pierwszy kontakt z pracodawcą.

**!** W chwilach zauważalnego znudzenia, dekoncentracji uwagi zaproponowane zostaną 3-4 minutowe ćwiczenia w parach (ruchowo-koordynacyjne), które zachęcą do integracji, otwarcia na nowe nieznane wcześniej osoby i dodadzą dynamiki warsztatowi.

**Schemat warsztatów:**

* **Wprowadzenie do warsztatu**

Po krótkim powitaniu i przedstawieniu prowadzącego, następuje poznanie uczestników i wypisanie imion na identyfikatorach. Następnie każda osoba określa oczekiwania w stosunku do warsztatów i cel przybycia na warsztat.

Przedstawienie uczestnikom zasady „20 sekund”. Jest to zasada, która mówi, że w pierwszych 15-20 sekundach pobieżnego przeglądania CV przez osobę odpowiedzialną za rekrutację nic z CV nie zwróci jej uwagi, to zostanie one odrzucone. Czyli proces wstępnej weryfikacji potencjalnego kandydata do pracy może zakończyć się właśnie w tych 20 sekundach.

Motyw zasady „20 sekund” powróci w posumowaniu warsztatu.

* **Rozwinięcie**:

Na początku uczestnicy zostaną poddani refleksji -Jak wyznaczać cele i zauważać poprawę naszych dotychczasowych decyzji i małych kroków w ubieganiu się o pracę marzeń. Dlaczego zamierzam wysłać swoje CV w odpowiedzi na konkretną ofertę? (czyli jaka jest moja motywacja). *Link nr 1 -"Decyzja należy do Ciebie" - film motywacyjny .*

Następnie uczestnicy warsztatów otrzymują do przeczytania fragment „Alicji w Krainie Czarów” Levisa Corolla w przekładzie Antoniego Marianowicza. (*Załącznik nr 2* )

Refleksja przeczytanego fragmentu ma pomóc uczestnikom dojść do następujących wniosków - wiedząc, dokąd zmierzamy, wyraźniej widzimy, co powinniśmy zrobić i jak możemy śledzić nasze postępy. (*Załącznik nr 3*) Jedynie jasno sprecyzowany cel motywuje do ćwiczenia i doskonalenia nowych umiejętności. Jak zatem określić, gdzie chcemy iść? Uczestnicy chcąc odszukać odpowiedź na to pytanie, będą zaproszeni do zrobienia dwóch ćwiczeń na przygotowanych przez prowadzącego fiszkach, które będą mogli zabrać do domu.

* Ćwiczenie indywidualne 1 - ma na celu opisanie dwóch zmian w nastroju lub w życiu, które mamy nadzieję uzyskać po zaplanowanej zmianie, np. podjęciu kroków stworzenia idealnego CV, które w rezultacie przyniesie nam zdobycie wymarzonej pracy (określenie emocji, jakie towarzyszą potencjalnej zmianie).(*Załącznik nr4*)
* Ćwiczenie indywidualne 2 - dotyczy zalet i wad osiągniętego celu zmiany pracy oraz braku zmian. W dowolny sposób zapisujemy wady i zalety takiej sytuacji i omawiamy pokrótce towarzyszące temu ćwiczeniu emocje.(*Załącznik nr 5*)

Po zakończeniu ćwiczeń, prowadzący zachęca uczestników warsztatu swoim przykładem do podzielenia się swoimi spostrzeżeniami z powyższych wyników ćwiczeń.

Zaproszenie uczestników do kolejnego filmu. *Link nr 2 - „Jedna rzecz, którą robi tylko 1% ludzi – spróbujcie robić tak przez 21 dni, a osiągnięcie sukces."*

PRZERWA KAWOWA

Tę część warsztatu zaczynamy analizą (wspólne ćwiczenie) przykładowego anonsu, który znajdziemy w Internecie. Poznamy sylwetkę przykładowej osoby (może być sam prowadzący), która szuka pracy i chce odpowiedzieć na konkretne ogłoszenie. Bardzo dokładnie je czytamy, wspólnie wypisujemy na tablicy w punktach wymagania, które zgłasza oferent. Wspólnie szukamy wymagań, które bez naciągnia spełnia nasz przykładowy poszukiwacz pracy. Oceniamy, ile jest takich spełnionych wymagań. Tego typu analiza uczy umiejętności analizowania ogłoszeń pod kątem swoich zasobów wewnętrznych i posiadanego doświadczenia. Ta wspólna analiza staje się wprowadzeniem do tematu idealnego CV wg rekruterów (ze szczególnym zwróceniem uwagi na spójność przekazu, nie ma jednego uniwersalnego CV na wszystkie interesujące nas stanowiska pracy, zgodność treści naszego CV z treścią opisu stanowiska pracy, o które się ubiegamy). Dyskusja kierowana jest w kierunku odszukania przez uczestników odpowiedzi na pytanie - Jakie JA mam do zaoferowania osiągnięcia w kontekście konkretnej oferty? (jakie są moje dokonania zawodowe, efekty mojej pracy?) (*Załącznik nr 6*)

Następuje też zwrócenie uwagi na najczęstsze błędny przy pisaniu CV (np.: gotowe szablony CV dostępne w Internecie mogą być w procesie ubiegania się o pracę zgubne), poznanie zasady streszczalności, czyli mniej słów, więcej konkretów, zasada wiarygodności (zawyżanie swoich umiejętności językowych), zasada spójności (podawane informacje nie mogą się wzajemnie wykluczać) oraz zasada jasnej przejrzystej struktury (podkreślenia, wytłuszczenia tych cech, które są odpowiedzią na ogłoszenie). ! Za pomocą rzutnika przedstawione zostaną fikcyjne przykłady poprawnych i źle skonstruowanych CV z omówieniem (*Załącznik nr 7 i 8*)

Następnie przechodzimy do przygotowania pisemnej formy tzw. **Kalendarium zawodowego**, które stanowiłoby pewną podstawę do napisania CV. Zadajemy sobie pytanie, czy potrafię przytoczyć daty lub w inny sposób zwerbalizować fakty na temat informacji, które zamieszczę w CV? Głównym nacisk należałoby położyć na wypisanie wszystkich projektów, jakie mieliśmy okazję realizować na danym stanowisku pracy. Ukoronowaniem tej części warsztatu jest powstanie wstępnego szkicu CV z zachowaniem 3 zasad: zachowanie przejrzystości tekstu, prostoty języka, hasłowości. Zapewne takie CV będzie musiało być dopracowane w domu lub na kolejnej części warsztatów (np. w Sali komputerowej).

* **Zakończenie**

Następuje podsumowanie warsztatu na podstawie przedstawionych przykładów w części środkowej warsztatu z uwzględnieniem zasady „20 sekund” .

Uczestnicy dostają wskazówki, co mogą jeszcze przemyśleć w domu w danym temacie. Wskazówki są oczywiście uniwersalne. Decydując się na zmianę pracy lub jej poszukiwania, należy zacząć od pogłębienia wiedzy o swoim funkcjonowaniu w obszarach: charakteru pracy, który lubimy wykonywać, swoich cech osobowości,kierunkach rozwoju zainteresowań zawodowych, umiejętności i kompetencji, jakimi dysponujemy.(Załącznik nr 9) Uczestnicy otrzymają zaproszenie do zrobienia bilansu własnych umiejętności- (Załącznik nr 10)

Zamknięciem warsztatu jest prośba o podzielnie się swoimi odczuciami po odbytym warsztacie, osobiście lub na adres email osoby prowadzącej. Najistotniejsze informacje zwrotne jakie powinien uzyskać od uczestników prowadzący, to:

1. Czego się dowiedziałem na dzisiejszym warsztacie? (o sobie, w temacie warsztatu)
2. Co okazało się najważniejszą kwestią poruszoną w czasie warsztatu?
3. Co mi się najbardziej podobało?
4. Co było trudne dla Ciebie w pracy nad dzisiejszym tematem?

**Źródła użyte do opracowania warsztatu:**

1. Nestorowicz B.," Zdobywanie pracy. Okryj klucz do sukcesu zawodowego", One Press 2015

2. Kulczycka L., "Jak napisać najlepsze CV i list motywacyjny", Warszawa, Wolters Kluwer 2013

3. Michalska-Dominiak B., "Poradnik design thinking-czyli jak wykorzystać myślenie projektowe w biznesie:, Helion 2019

4. Carroll L., Alicja w Krainie Czarów ; Alicja po drugiej stronie zwierciadła, il. Gosia Mosz, tł. Marianowicz A. , Warszawa : Wydawnictwo "Nasza Księgarnia", 2005

Plansze do załączników - Canva, Pixabay.

Autor warsztatu - Ewa Zwierzyńska, Biblioteka Politechniki Białostockiej

Uznanie autorstwa 4.0 Międzynarodowe (CC BY 4.0)