

# 2-dageskursus med individuel opfølgning

Det er ubehageligt som medarbejder at modtage sin opsigelse. Flere undersøgelser har således påvist, at en opsigelse ofte er en stor psykisk belastning.

Mange spørgsmål trænger sig på: Hvor lang tid går der, inden jeg får mit næste job? Hvilken type job skal jeg søge? Hvordan søger jeg? Kan min privatøkonomi hænge sammen? Hvordan benytter jeg mit netværk? Hvordan skriver jeg en god ansøgning? Hvordan sikrer jeg gennemslagskraft i den personlige samtale? osv.

Problemet er ofte, at den opsagte er overladt til sig selv. Der er naturligvis altid gode råd fra venner og bekendte, men når alt kommer til alt, er det en proces, den enkelte skal igennem.

Det er vores erfaring, at en systematisk og grundig start på denne proces øger sandsynligheden for succes senere hen.

Omkring 2/3 af stillingerne bliver i dag besat via det usynlige stillingsmarked (uden indrykning af stillingsannoncer). Et centralt tema i kurset er derfor bearbejdningen af det usynlige stillingsmarked.

Kurset er andet og mere end blot et kursus i at skrive en ansøgning. Det er vores grundlæggende filosofi, at det er nødvendigt at arbejde med sig selv og med personlige mål for fremtiden for at kunne gå i gang som aktiv jobsøger. Derfor sættes der fokus på medarbejderen og fremtiden - og ikke kun på kunsten at søge job.

På de individuelle møder tilpasses rådgivningen til medarbejderens behov for støtte, og der arbejdes videre med at afklare de faglige og personlige

kompetencer. Endvidere udarbejdes ansøgningsmateriale og jobsøgningen påbegyndes.

Hver kursusdag varer 7 timer.

### Indhold og mål

- Reaktioner på opsigelsen
- Jobmarkedet
- Faglige kompetencer
- Personlige kompetencer
- Succeshistorier
- Kompetenceprofil
- Jobmål
- Sociale medier
- Netværk
- Ansøgningen
- CV
- Jobsamtalen