

Żelechlinek, dn. 08.02.2013 r.

## Referencje

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Żelechlinku informuje, że po raz kolejny skorzystał z usług Centrum „Progres” w Koluszkach. Podczas realizacji zadań wynikających z projektu systemowego pt. „Aktywni w Żelechlinku” w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki w roku 2012 przeprowadzono szkolenia dla 16 uczestników w następującym wymiarze:

1. Porady psychologiczne dla 16 osób w wymiarze 30 godzin edukacyjnych w grupie - trening interpersonalny, tematyka zajęć: komunikacja interpersonalna; asertywność, formułowanie celów życiowych, ich realizowanie i racjonalne podejmowanie decyzji; radzenie sobie ze stresem; budowanie poczucia własnej wartości; konstruktywne rozwiązywanie problemów; poszukiwanie pomocy i korzystanie ze wsparcia; autoprezentacja.
2. Indywidualne poradnictwo dla 16 osób w wymiarze po 5 godzin dla każdego uczestnika tj. łącznie 80 godzin edukacyjnych - obejmujące następujące zagadnienia: budowanie wiary we własne możliwości; rozwijanie umiejętności komunikacyjnych; przezwyciężanie oporów wobec zmian; wzmacnianie pozytywnych zmian.
3. Dyżury psychologa w okresie V-VIII tj. 8 spotkań po 4 godziny – łącznie 32 godziny dla uczestników projektu a także osób z najbliższego otoczenia.
4. Warsztaty aktywności zawodowej dla 16 osób – 30 godzin edukacyjnych, zajęcia grupowe z doradcą zawodowym, uczestnicy zapoznali się m.in. z aktualną sytuacją na rynku pracy; z technikami poszukiwania pracy; umiejętnością sporządzania dokumentów aplikacyjnych, z możliwościami podnoszenia kwalifikacji.
5. Indywidualne doradztwo zawodowe – łącznie 80 godzin edukacyjnych tj. 5 godz./osoba m.in. poznanie indywidualnych umiejętności; zainteresowań i potrzeb danej osoby; poznanie preferencji i predyspozycji zawodowych oraz własnego potencjału zawodowego; pomoc w sprecyzowaniu celów zawodowych oraz własnego potencjału zawodowego; pomoc w sprecyzowaniu celów zawodowych (krótko i długofalowych); budowanie świadomości w zakresie uczenia się przez całe życie – w tym utworzenie Indywidualnego Planu Działania; rozpoznanie ewentualnych trudności mogących wystąpić przy poszukiwaniu pracy (czynniki społecznoekonomiczne, cechy charakteru, usposobienia czy temperament); wsparcie w dokonywaniu wyboru odpowiedniego kierunku kształcenia; rodzaju pracy lub przekwalifikowania zawodowego.

Uczestnicy projektu jak i pracownicy GOPS w Żelechlinku pragną wyrazić swoje zadowolenie z profesjonalnie i rzetelnie wykonanych przez Centrum „Progres” działań, dużego zaangażowania wykładowców oraz stworzenie miłej atmosfery podczas zajęć.

Wykładowcy wykazali się wiedzą i doświadczeniem, czego dowodem są wysokie oceny uczestników. Dzięki pomyślnej współpracy możliwe było sprawne i fachowe przeprowadzenie zamierzonych etapów szkolenia. Uważamy, że w/w firma jest godna polecenia.

KIEROWNIK  
Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej  
Szw  
Kazimiera Szczepanik