

## Orientierung – Kommunikation – Praktikum (OKP)

### Frauen OKP-Kurs

#### Ziele zum OKP-Kurs

Standortbestimmung, Neuorientierung, Praktikumsplatz, aktuelles Zeugnis, wenn möglich Festanstellung.

#### Kursdauer

Bildungsteil 4 Wochen, 4 halbe Tage pro Woche, pro Teilnehmer 1 Standortgespräch; Praktikum 8 Wochen, 2 Einzelgespräche pro Teilnehmer (Zwischengespräch, Schlussgespräch), ein halbtägiger Workshop in der Mitte des Praktikums und eine halbtägige Schlussveranstaltung.

#### Inhalt Bildungsteil

Auseinandersetzung mit der beruflichen und persönlichen Situation. Die Vorstellungsgespräche zum Einstieg ermöglichen den Teilnehmenden, neue Kontakte zu knüpfen. Der gegenseitige Erfahrungsaustausch lässt eine Gruppendynamik entstehen.

#### Standortbestimmung und Orientierungsphase

Anhand von Einzel- und Gruppenarbeiten sowie Einzelgesprächen mit der Kursleitung werden sich die Teilnehmenden durch Selbstanalyse wieder ihres Standortes und der primär zu lösenden Probleme bewusst. Ein Kernanliegen ist die Förderung der zukunftsgerichteten Entscheidungsfähigkeit der Teilnehmenden. Die Seminarleitung motiviert die Teilnehmenden zur Eigenverantwortung in allen Bereichen.

#### Teamfähigkeit und Kommunikation

Mit Gruppenarbeiten, Diskussionen und gemeinsamen schriftlichen Arbeiten, wird das selbständige Denken aktiviert sowie die konstruktive Teamfähigkeit gefördert. Unterrichtssprache ist Deutsch.

#### Reflektierung des bisherigen Verhaltens auf dem Arbeitsmarkt

Die Teilnehmenden reflektieren ihr bisheriges Verhalten auf dem Arbeitsmarkt und tauschen Erfahrungen aus. Auf Grund der gewonnenen Rückschlüsse entwickeln und trainieren sie gegebenenfalls Rhetorik und neue Bewerbungsstrategien.

#### Informationen

Die Teilnehmenden werden über die aktuelle Arbeitsmarktsituation, Berufswelt und ihre Möglichkeiten informiert.

#### Motivation/Begeisterung, Förderungsprozess

Anhand aktueller Beispiele aus der Gruppe, wird den Teilnehmenden aufgezeigt, wie in jeder Lebenslage neue Motivation gefunden werden und wie persönlicher Erfolg realisiert werden kann.

#### Persönliche Zielsetzung

Unter dem Aspekt einer beruflichen Orientierung werden realistische sowie auch neue Perspektiven entwickelt und in weiteren konkreten Schritten die persönliche Zielsetzung erarbeitet.

### Praktikum

#### Ziele des Praktikums

Erweiterte Praxis - Erfahrung, neue Impulse eigener Berufsziele, Netzwerkbildung, aktuelles Zeugnis, Festanstellung.

#### Inhalt vom Praktikum

Das zweimonatige Praktikum in der freien Marktwirtschaft hat folgende Ziele: Verbesserung der Vermittelbarkeit, durch Auffrischen und Vertiefen der vorhandenen Kenntnisse, Kennen lernen neuer Berufsmöglichkeiten, dauerhafte und rasche Wiedereingliederung in den Arbeitsmarkt. Am Ende des Praktikums ist der Teilnehmende im Besitz eines aktuellen Zeugnisses.

### Coaching während des Praktikums

#### Ziele des Einzelcoachings

Während dem Praktikumsteil führt die Kursleitung mit jedem Kursteilnehmenden mindestens ein Zwischengespräch und ein Schlussgespräch. Die Teilnehmenden werden dahingehend gecoacht, ihre persönlichen Integrationsfähigkeiten im Bereich Arbeitswelt zu optimieren und das Gelernte umzusetzen. Die Einzelcoachings finden wöchentlich (insgesamt 7x) am Kursort statt.

#### **Bei Fragen gibt gerne Auskunft:**

*Annemarie Gredig, Tel. 081/250 28 30 oder 079/438 44 02*

St.Gallen, August 2010