

MUNI KC



KARIÉRNÍ CENTRUM MUNI

JAK NA: Dovednosti k řízení kariéry

Eliška Zemanová
20. dubna 2022

Co nás čeká?

1. Dovednosti k řízení kariéry (CMS) a jejich význam v kariérním plánování
2. Modely popisující CMS
3. Definice jednotlivých oblastí
4. Identifikace úrovně kompetencí
5. Možnosti rozvoje CMS



Zajímá mne, jak to máte ..

Na úvod:



Co si představíte pod dovedností "řízení kariéry"?

Vědomé rozhodnutí o svém zaměstnání včetně výhledu do budoucna

Aktivně přemýšlet o dalších krocích, robiť rešerše o možnostiach, získavať nové skills na svoj rozvoj

Možnost a schopnosti určit si cíl a jít za ním

Vím co chci

Určení si profese a nelitovat toho, seberozvoj

Umím určit a udržovat směr kariéry a dosáhnout svého kariérního cíle

Sledování vytyčených cílů. Seberozvoj.

Sebavedomie voči sebe a svojim schopnostiam, možnostiam a rozhodnutiam

Dokážu se správně rozhodnout a směřovat tam kam chci

Co si představíte pod dovedností "řízení kariéry"?

nalezení si své cesty a jít po ní

zlepšování schopností potřebných pro moji kariéru

Ochota změnit obor.

Dokážu si uvědomit, jestli jsem spokojený se svojí prací, a pokud nejsem, tak jsem schopný s tím něco dělat a napravit to.

Vystoupit z komfortní zóny.

Jsem schopný určovat si práci kterou chci dělat

Představím so pod tým, že viem o mojich schopnostiach a aktívne sa ich snažím aplikovať do mojej práce pričom hľadám nové a nové výzvy.

Vedome vedet kam kariérne smeruji

Přemýšlení nad budoucností, určit si ji sám

Co si představíte pod dovedností "řízení kariéry"?

Najít si lepší či ideální práci



Dovednosti k řízení kariéry (Career Management Skills)

nebo- li KARIÉRNÍ KOMPETENCE jsou dovednosti k řízení vlastní profesní a vzdělávací dráhy, které napomáhají nejen k nalezení a udržení si zaměstnání, ale také k seberealizaci v profesi, již člověk vykonává.

Umět řídit svoji kariéru mi pomůže....

Vybrat si zaměstnavatele

Začít podnikat

Byt sebevedomejsi.

Vedieť si vyjednať podmienky práce

Určit si správný směr kariéry, být spokojenější

najít si práci, ve které vidím smysl a obohacuje mě

zbavenie sa frustrácie z nedostatku progresu, nájdenie spokojnosti v zamestnaní

Najít si lepší až ideální práci

Zamyslet se nad tím, co mě baví, co mě naplňuje

Umět řídit svoji kariéru mi pomůže....

Najít to, co mě skutečně baví a finančně zajistí.

Komunikovat nepříjemná témata

Vybrat si práci, která mě bude bavit

K větší spokojenosti

rozvíjet schopnosti, které potřebuji

Dokázat zaměstnavateli své kvality,
nadřízený bude mít "respekt" --> bude se ke
mně spíš chovat jako k sobě rovnému

Vybrat si práci kterou chci dělat

Najít si dobrou práci

Nebát se něco zkusit a zariskovat.

Umět řídit svoji kariéru mi pomůže...

sebarealizovat sa

Vybrat si ideální práci, kterou chci dělat

mať menej stresu v živote.

Kolik času při studiu na VŠ věnujete:



“Security lies not in employment but in employability”

– Prof Tony Watts

Adaptabilità

Co k nim může patřit?

- schopnost činit rozhodnutí
- schopnost vyhodnocovat příležitosti a pracovat s informačními zdroji
- získávat a analyzovat informace o sobě
- schopnost pozitivní sebe prezentace
- schopnost vyrovnávat se se změnou
- celoživotní vzdělávání
- pozitivní interakce s ostatními a networking
- proaktivní přístup



Osobnost

- Rozvijím si a udržuji si o sobě pozitivní sebeobraz
- Udržuji správný balanc mezi sými rolemi v práci, škole a životě
- Umím přizpůsobit své chování rozličným kontextům
- Jsem si vědom toho, jak jsem se změnil a vyrostl ve svém životě
- Umím dělat dobré kariérní rozhodnutí

Silné stránky

- Zním dobře své dovednosti, silné stránky a úspěchy
- Stavím na svých silných stránkách a úspěších
- Jsem sebevědomý a dokážu se naučit nové věci, když něco nejde podle plánu
- Čerpám ze svých zkušeností a příležitostí k formálnímu i neformálnímu vzdělávání, abych podpořil své kariérní volby

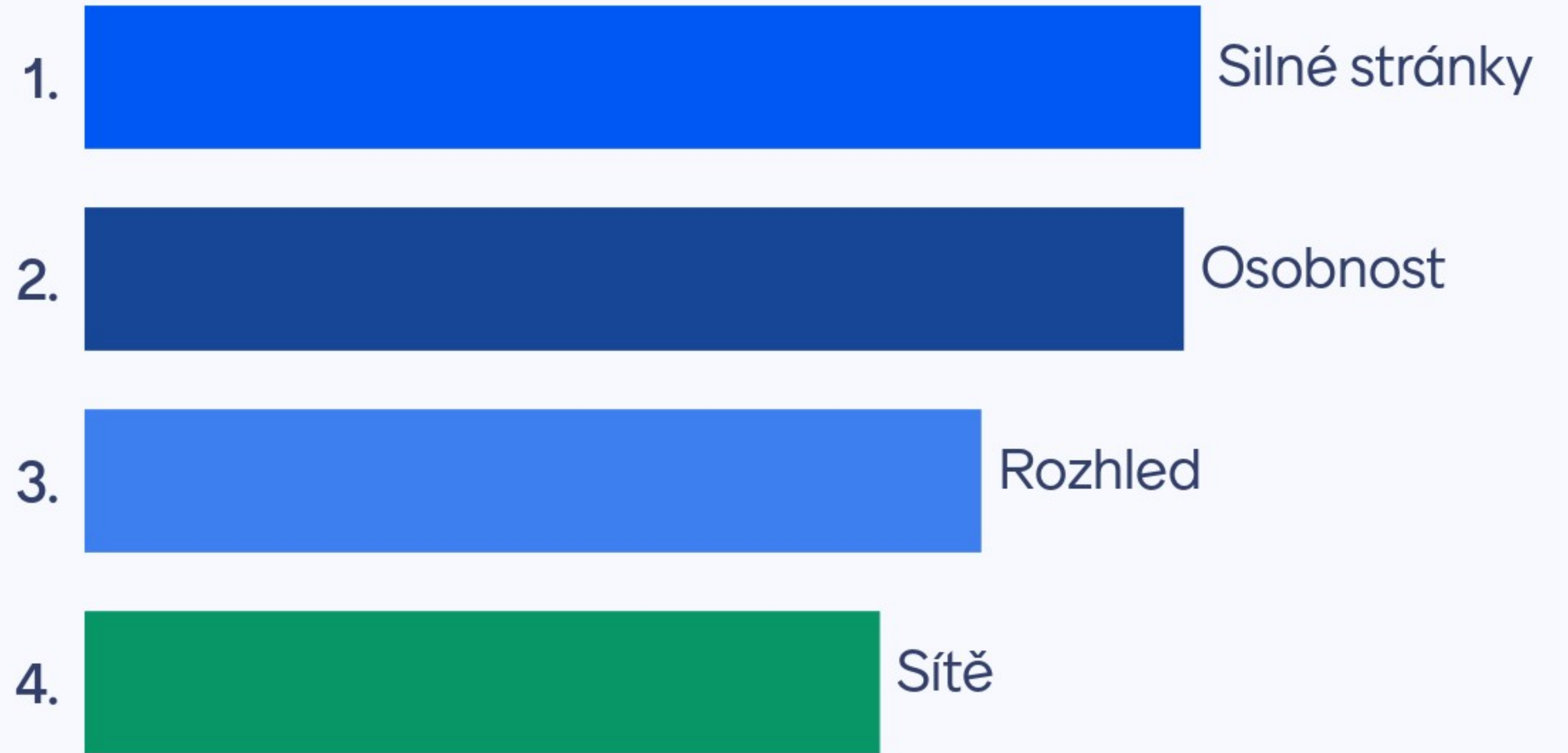
Rozhled

- Chápu, že existuje široká škála studijních a pracovních příležitostí, které mohu prozkoumat a jsou mi otevřeny
- Vím, jak vyhledávat a vyhodnocovat informace a podporu, které mi pomohou v rozvoji mé kariéry
- Jsem sebejistý v reagování na změny v rámci svých životních a pracovních rolí a umím tyto změny zvládat
- Jsem kreativní a podnikavý ve způsobu, jakým přistupuji ke svému kariérnímu rozvoji
- Poznám, jak se můj život, moje práce, moje komunita a moje společnost vzájemně ovlivňují

Sítě

- Komunikuji sebevědomě a efektivně s ostatními, abych si vybudoval vztah
- Používám informace a vztahy k zabezpečení, vytváření a udržování práce
- Rozvívám a udržuji řadu vztahů, které jsou pro mou kariéru důležité

Co dovedete nejlépe? Seřad'te.



Skupinová aktivita

- Rozdělte se do skupin (max. 3 lidi) podle oblastí, v nichž máte největší mezery
- Prodiskutujte: kterou z dovedností chcete rozvíjet a proč
- Vypište si, jak by vypadalo, kdybyste měli dovednost na maximální úrovni

Jak rozvíjet "osobnost"?

posílit networking žádat feedback
 poslouchat lidi pracovat na sebevědomí
 psát si svoje úspěchy
 výjdi z komfortnej zóny
 sbírat nové zkušenosti čtení knih
 koucink sponznavat nových lidí
 skúšať nové veci
 pýtaj si spätnú väzbu cestovat okoli učit se prijimat vyzvy
 pozerať sa okolo seba
 vycházet s lidmi
 psát si svoje cíle

Jak rozvíjet "silné stránky"?

získat novou dovednost
pýtať sa ľudí
zlepšovať sa
hodnotit předešlé chování
žádat feedback
nebát se změny
certifikáty
anglické podcasty
knihy
internet
dát si sám feedback
studium
diplom
nebát se
jazykový kurz
zkusit něco nového
zlepšit hard skills
najít to co me bavi

Jak rozvíjet "rozhled"?

skupiny na soc sítích
ptát se kolem sebe
učitelé a přednášející
rozhlízet se společně
dobrovolnictvo
nebát se změny
čo ti ponúka univerzita
posílit networking
praxe
odvážit se mluvit k jiným
ptát se zkušenějších
sport
spolužáci
linkedin
oslovovat lidi okolo
sledovat kc muni 🤔
bavit se s lidmi
cestovat
chtít rozumět ne vědět
pýtať sa starších
staz
číst nástěnky
náhodná setkání
jobscz
otevřít oči

Jak rozvíjet "networking"?

trénovat soc dovednosti
nemám rád smalltalk
zaujímat' sa o l'udi
pamätať si l'udi
oslovovat lidi
oslovovat nové lidi
netlačit na pilu
začít číst rozvojovou
literaturu
podat ruku a říct ahoj
napisat jako první
problem tykani a vykani
po covidu jsem asociál
hudba
náhodná setkání
chodit na pivo
udržovat staré kontakty
zlepšit small-talk
pamatovat si jména
zaujímat' sa o l'udi
být aktivní na soc sítích
nebát se odmítnutí
😊
😞
😊
🍺



Co v nejbližší době udělám pro rozvoj své CMS?

Skompletizuju si profil na JobCheckIN a založil si LinkedIn

Začít číst rozvojovou literaturu

Půjdu ven a budu sledovat okolí.
Zorganizuji si čas. Nebudu se stresovat nadměrným zatížením, relaxovat je potřeba.

Půjdu mezi lidi

Zeptám se na možnosti zahraniční stáže

Zeptám se kamaradu, jakou mají strategii na to oni

Budu se na ostatní usmívat

půjdu po tréninku s ostatními pokecat na kofolu (nechlastejte po cvičení)

Sepíši si seznam věcí, co mě baví, naplňuje a v čem bych se chtěl rozvíjet.

Co v nejbližší době udělám pro rozvoj své CMS?

Updatuju si CV a zhodnotím, kde mám rezervy

Napíšu spolužákům

Poslechnu si anglicky podcast

Napíšu aspoň 20 věcí, co mě baví dělat

26.4. Cesty absolventa Pedagogické fakulty

16:00

Mentorka programu **Začít spolu, nadšený učitel angličtiny** z Brna a další! Úspěšní absolventi PED se s vámi podělí o **svou kariérní cestu a zkušenosti z praxe**. Přijďte se inspirovat!

27.4. Industry Show Case: Kariéra s jazyky v prostorách ClubCo

16:00 - 20:00

Industry Show Case: Kariéra s jazyky - Exkluzivní akce pro studenty a studentky, která se uskuteční v krásných prostorách brněnských **coworkingových kanceláří ClubCo**. Potkejte se s lidmi z Infosys, RWS Moravia a Zebra technologies a zjistěte, jak byste mohli naplno využít svou znalost cizích jazyků. A to nejlepší? **My vás tam dovezeme.**

3.5. Jak napsat životopis a motivační dopis

10:00 - 11:30 | AKCE PARTNERA

Ústředná knihovna FF ve spolupráci s KC pořádá vzdělávací seminář zaměřený na CV. Naučíte se, jak vytvořit **zajímavý, originální, a hlavně relevantní** životopis.

5.5. Konference státní správy a neziskových organizací JobNEST

10:00 - 15:00

Moderovaná panelová diskuze a doprovodný program nabitý informacemi a tipy z oblasti státní správy a neziskového sektoru - a to v samotném **centru Brna** přímo na **FSS!** Poznejte zajímavé lidi z praxe, přijďte s námi bořit mýty o kariéře ve státní správě, zapojte se do dobročinné činnosti a mnoho dalšího.



Díky za pozornost



Zdroje

- <https://education.gov.scot/nih/Documents/dyw23-learning-resource-3-career-management-skills.pdf>
- https://www.euroguidance.sk/document/casopis/2019_15_01_Komarek_Libor.pdf
- https://www.skillsdevelopmentscotland.co.uk/media/34749/career_management_skills_framework_scotland.pdf
- <https://pruvodcekarierou.cz/co-je-to-kariera-a-jak-ji-ridit/>
- <https://www.myworldofwork.co.uk/career-management-skills-and-how-they-can-help-you>
- Košťálová, H., & Cudlínová, M. (2015). Praktický průvodce kariérového poradce pro 21. století. Evropská kontaktní skupina.
- Neary, S., Dodd, V., & Hooley, T. (2016). Understanding career management skills: findings from the first phase of the CMS leader project.

