

# Munkavállalóvá vált hátrányos helyzetű személy mentorálása

## Csoportos mentorálás

Időtartam	Tematika
1.	Bemutatkozás, igényfelmérés. A közös cél és a csoport kereteinek meghatározása. (Kezds, szünet, telefonálás, evés, ivás, egymás meghallgatása, titoktartás, hiányzás, pontosság) motiváltság felmérése. Hol tartok most? Hogyan jutottam el idáig? Milyen a munkám, milyen környezet vesz körül? Mit csinállok? A munkám mennyire változtatja meg a családi életem?
2.	A munka az ember életében. Pozitív: életmód (a munka, mint az anyagi lét biztosító), presztízs, szociális mező (a társas kapcsolatok forrása), identitás (az önértékelés alapja), időstruktúra (az időbeosztást szervező tényező), egészség (az élet feltétele) lehetőségek (szabadidő tartalmas eltöltése), példamutatás(gyermek) motivációk (fejlődés utáni vágy), nyugdíj, táppénz, siker, önmegvalósítás, karrier, önbecsülés, kihívás.
3.	A munka az ember életében. Negatív: stressz, depresszió, pénztelenség, lemondás, konfliktus, idegesség, elszigetelődés, kilátástalanság, egészségromlás, alkohol, feleslegesség érzete, igény szint csökkenése, szégyenérzet, leszakadás, szerepek felcserélődése, lakáshelyzet, jövőkép.
4.	„Én a munkavállaló” / szakmai személyiség. „Munka” / „szakma” / „hivatás” A fogalmak közös definiálása, eltérések tisztázása, interaktív beszélgetés az eltérésekről.
5.	Képességek - a sikeres felvétel alappillérei. Beszélgetés a csoporttagokkal. Milyen személyes képességeket részesítenek előnyben a munkáltatók? Mi kell ahhoz, hogy engem válasszanak? Miért fontos a munkavállalásnál, hogy ismerjem magam?
6.	A kommunikáció szerepe a munka világában, és a konfliktusok elhárításában.
7.	Munkahelyi konfliktusok. Egyéni, majd nagycsoportos gyűjtés az egyéni konfliktus élményekről. Mik a jellemző konfliktusok a munkahelyen, kik között, létezik-e konfliktus mentes munkahely? Kinek milyen megoldási taktikája van? hatalmi játszmák, vezető-beosztott, munkatárs-munkatárs
8.	Munkahelyi stressz típusai, hatása, csökkentésének lehetőségei Nyomás: annak a külső vagy belső indítatású következménye, hogy valamely feladatot vagy tevékenységet korlátozott időn belül vagy egy meghatározott módon hajtsunk végre. Frustráció: az igények, motivációk, vágyak, a hatékony teljesítés akadályoztatása Konfliktus: annak következménye, hogy két vagy több egymásnak ellentmondó, nehezen egyeztethető lehetőség között válasszunk, vagy személyes érdekellentétbe kerülünk másokkal. Szorongás/félelem vagy düh: az észlelt fenyegetésre, sérelemre adott érzelmi reakciók
9.	Álláskeresés a gyakorlatban. Kommunikációs gyakorlatok. Állásinterjú Az interjú bemutatása a munkaadó szemszögéből. Megjelenés, gesztusok, metakommunikáció szerepének megbeszélése. Tipikus interjú kérdések bemutatása a gyakorlatban – valódi interjú szituáció megteremtésével.
10.	A csoportos munkavégzés alapvető munkahelyi szabályai. Munkahelyi kommunikáció.
11.	Az énkép kialakulásának megismerése. Az énkép hatása a munka és magánéleti kapcsolatokban, hatása a teljesítményünkre. A személyiséget alakító környezeti hatások.
12.	Munkavállalással összefüggő ismeretek Munkavállalókat érintő jogszabályok, fontosabb alapfogalmak.

13.	Munkaszerződés típusai
14.	Alapfogalmak: munkaidő, pihenőidő, szabadság, betegszabadság, munkaidő kedvezmények, munkabér megállapítása. Érdekérvényesítés és kompromisszum.
15.	Munkavállalással kapcsolatos ismeretek. A munkakörülmények fontosságának a felismerése, a beilleszkedési stratégiák megismerése. A munkabér (minimálbér), járulékos juttatások, a béreket terhelő levonások azonosítása és megértése. A munkaidővel és a túlmunkával kapcsolatos munkáltatói és munkavállalói jogosítványok megismerése és megértése. A munkából történő kiválás különféle típusainak azonosítása (betegállomány, szabadság, pihenőidő, fizetett szabadság, fizetés nélküli szabadság, tanulmányi szabadság) és a bérekre gyakorolt hatások megértése (pl. táppénz).
16.	A különféle típusú vállalkozási formák megismerése, a közöttük lévő hasonlóságok és különbségek okainak azonosítása és megértése A legális munkaviszony, és az ahhoz kapcsolód munkaszerződés fontosságának a felismerése A „feketefoglalkoztatás” egyénre és társadalomra érvényes negatív következményeinek a megismerése. A társadalombiztosítás és a nyugdíjpénztár szerepének, funkciójának a megismerése és megértése.
17.	Munkaügyi vita, munkáltató és a munkavállaló kártérítési felelőssége.
18.	Munkavállalói és munkáltatói elvárások.
19.	Hatékony munkavégzés. Egyén és társadalom.
20.	Munkamotiváció és szociális kompetenciák.