



FAZEKAS

MELINDA

SZTE KARRIERI IRODA
SZAKMAI VEZETŐ

SZTE KARRIER IRODA - SEGÍTÜNK A FELKÉSZÜLÉSBEN!



Olvasási idő: 15 perc

Mi a célunk?

Hogy az SZTE hallgatóit az egyetemi oktatást kiegészítve **képezzük, fejlesszük, felkészítsük a munkaerőpiac kihívásaira.**

Miként tesszük mindezt?

- Egyrészt *képzésekkel és olyan programokkal*, amikre külső szakértőket hívunk meg: HR szakembereket, trénereket, pszichológusokat. Ők a munkáltatói igények, elvárások tükrében megfelelő támpontokat, aktuális, naprakész információkat adnak át vagy éppen csoportos vagy egyéni formában fejlesztő foglalkozásokat, tanácsadásokat tartanak.
- Másrészt a cégekkel, szervezetekkel kapcsolatot tartva *közvetítjük* mindazokat a lehetőségeket, amiket az egyetemi tanulmányokkal párhuzamosan ajánlani tudnak számotokra, legyen szó szakmai tapasztalatszerzésről, versenyről, hallgatók számára felajánlott projekt munkáról, ösztöndíj lehetőségekről, önkéntes munkákról, állásajánlatokról. Ezek mind a szakmai gazdagodást szolgálják, az egyetemen tanultak gyakorlati alkalmazásba való átültetést munkaerő-piaci vagy legalábbis az egyetemtől eltérő környezetben.

Miért ezek a szolgáltatások?

HALLGATÓI SZOLGÁLTATÁSI PIRAMIS



Tanácsadások:

Minden alapja, alfája a megfelelő **önismeret**, hogy olyan célokat tudjunk kijelölni, ami összhangban van tudásunkkal, érdeklődésünkkel, mélyebb hajtóerőinkkel, ezzel összefüggésben tudjuk magunkat jól pozicionálni a munkaerőpiacon. Ne lőjjünk se alá, se fölé a kínálkozó lehetőségeknek, legyünk tisztában azzal, miben vagyunk jók, milyen értékek fontosak számunkra és azzal is, mi az, amiben fejlődünk kell, milyen közeg és feltételrendszer hat ránk inspirálóan. A tanácsadásaink egy erős szála éppen ezekkel a kérdésekkel foglalkozik – segítve a hallgatókat ezek kibogozásában, megválaszolásában.

Tréningek:

A munkáltatók kiválasztási folyamataiban kiemelten fontos szemponttá vált az **EQ**, az adott munkakörben adekvát **soft skillek** megléte. A munkáltatók vélekedése alapján a szakmai tudás sok esetben könnyebben gyarapítható, mint ahogyan ezek a készségek fejleszthetők, ebből kiindulva pozitívum, ha az új munkatársak már a belépésük pillanatában képesek az asszertív kommunikációra, a felmerülő konfliktusok megfelelő kezelésére, rugalmasan reagálnak a változásokra, együttműködők stb., ezért e kompetenciák meglétét tesztekkel, egyéb kiválasztási eszközökkel alaposan körbe is járják. Tréningjeinkkel mintegy reagálunk a munkáltatók részéről érkező elvárásokra, támogatva a hallgatókat abban, hogy az egyes szakokon elsajátítható szakmai tudás mellett egyéb kompetenciáik is fejlődjenek.

Felkészítő Napok programjai, online kurzusok, karrier tanácsadás:

Végül szükség van arra, *akár gyakornoki helyet, akár állást keresel, hogy megfelelő készségekkel legyél felvértezve, **stratégiát alkoss, tervezz, lásd a folyamatot, ismerd az egymást követő lépéseket.*** Mi ebben kínálunk útmutatást, adjuk meg a kezdő lendületet: hogyan indulj, ha kevés az erről való tudásod, információd, speciális a helyzeted, elakadnál a folyamatban.

Alternatív gyakornoki program, gyakornoki helyek, állások stb. közvetítése:

Ez az időszak a **kipróbálásé, tapasztalatszerzésé**, hogy mire végzel, már jó esetben tudd, mi a te szakmai irányod. Ehhez viszont érdemes közelebbről megnézni, miről szól a hétköznapi életben adott szakma, a fejedben lévő képet találkoztatni a **realitással, a konkrét feladatokkal**, megismerkedni különböző munkahelyi kultúrákkal.

1. Online kurzusok

5 lépés a sikeres életpályatervezéshez

A résztvevő hallgatók képet kapnak a tudatos pályatervezéshez kapcsolódó **aktuális elméletekről**, majd a hozzájuk kapcsolódó feladatokon keresztül a megszerzett tudást a gyakorlatba is átültethetik.



Karrierfejlesztési kurzus

A kurzus, amint folyamatában tapasztalni is fogod, átfogó **munkaerő-piaci ismeretekkel, hasznos tanácsokkal** vértéz fel hetente változó, a munkaerőpiacon elismert vendégelőadók által tartott előadásokkal/ online modulokkal.

Útmutató a sikeres életpályatervezéshez

Hogy mit jelent vezetőnek lenni? Azt, hogy valójában kit nevezhetünk a szó szoros értelmében vezetőnek, minden esetben egyetlen dolog mutatja meg: hogy az emberei követik-e őt önszántukból. Ha vannak vezetői ambícióid, mindenképp érdemes ezt az életszerű példákkal tűzdelt, gyakorlatias megközelítésű kurzust felvenned!

Pénzügyi kultúra, privát pénzügyeid hatékony menedzselése



A kurzus célja az egyetemisták és fiatal felnőttek mindennapi pénzügyeivel kapcsolatos fogalmak áttekintése mindenki számára érthető módon. A kurzus segít az egyetemisták „felnőtt életének” elindításában és a családtól való pénzügyi függetlenség kialakításában, így érintve például a diákhitel, a munkavállalás vagy a lakásvásárlás témaköreit.



A kurzusokról részletesebben itt olvashatsz:

<https://tinyurl.com/y633g2zw>

2. Alternatív gyakornoki program



A program azzal a céllal indult, hogy a **gyakorlati tapasztalatszerzésben** segítse azokat a hallgatókat, akiknek nincsen kötelező szakmai gyakorlata, vagy nem enged elég mélyreható betekintést. Másrészt teret szeretnénk adni mindazoknak, akik szívesen kóstolnának bele különböző szakmai területekbe, akár olyanokba is, melyek leendő szakmájuktól távolabb esnek. A programba olyan egyetemi egységeket és civil szervezeteket vontunk be, akik változatos gyakornoki pozíciókat kínálnak mentorálás mellett. A 2 kreditet érő szabadon választható kurzus résztvevőitől azt várjuk, hogy rugalmasan, a fogadó szervezettel kötött

megállapodás alapján 6-14 hetet, minimum 120 órát töltsön feladatok megoldásával akár a tavaszi, akár az őszi félévben teljesítve a programot.

Milyen előnyöket tartogat számodra a program, ami miatt érdemes fontolóra venni?

- Gyakorlati tudást, tapasztalatot szerezhetsz, mely a legtöbb álláshirdetésben alapkritérium.
- A gyakorlat kulcsfontosságú kapcsolati tőke kiépítését, bővítését segíti elő, ami nélkül manapság nehéz boldogulni.
- Betekintést kaphatsz a szervezetenél folyó szakmai munkába, mindennapi munkavégzésbe, *munkahelyi kultúrába*.

- Belepillanthatsz az egyetemen keresztül a közzsférába, egyéb partnereinken keresztül pedig a civil szférába.
- Egy mentort rendelünk melléd, aki különböző feladatokkal segít hozzá a tapasztalatszerzéshez és visszajelzéssel segíti fejlődésed.
- Kompetenciáid fejlődnek, új készségeket sajátítasz el, így szakmai magabiztosságod nő.
- Megerősítést kapsz arról, hogy adott terület tényleg Neked való-e.



Bővebben itt olvashatsz a programba csatlakozás részleteiről, a jelenlegi pozíciókról, hallgatói véleményekről:

<https://tinyurl.com/yxa6cpde>

3. Készségfejlesztő tréningek

Az aktuális félévben meghirdetett tréningek 2 kredites tárgyak, a Neptunban a szabadon választható (X-es) kurzusok között található meg. Egy félévben csak egy tréning vehető fel! A képzéseken résztvevő maximum 12 hallgatót/tréning a jelentkezési lap és a motivációs levél alapján választjuk ki. Lássuk, **milyen témákban** van lehetőséged elmélyülni!

Pályatervezési és álláskeresési tréning

Milyen tartalomra számíthatsz?

- Segítséget kapsz erőforrásaid feltérképezéséhez, a pályatervezéshez szükséges **készségek** fejlesztéséhez.
- Összehangoljuk a **munkaerő-piaci lehetőségeket** és elképzeléseidet!
- Tudni fogod, hogy hol kutasd fel azokat a gyakornoki helyeket/munkaköröket, melyek érdekesek lehetnek számodra!
- Garantáltan lesz egy **jó önéletrajzod és motivációs leveled**.
- Új szempontokat és alternatívákat kapsz, bővítheted munkaerő-piaci jártasságodat.
- Hiteles kommunikációs stílust sajátíthatsz el, mely segítségedre lesz a későbbi állásinterjún.
- Ismerni fogod a **jellemző kiválasztási módszereket**, melyekről előzetes élményeket, tapasztalatokat gyűjthetsz.
- Rálátást kapsz a béralku folyamatára, a HR-s szempontokra a toborzási és kiválasztási folyamat egyes lépcsőin.
- **Tapasztalatokat, figyelmet, visszajelzéseket kapsz két jó hangulatú napba sűrítve!**
- Tájékozottabban, magabiztosabban, magasabb szintű tudatossággal kezdheted el az álláskeresést!

Hallgatói vélemények:

*„Végre egy interaktív képzés, nagyon élveztem!
Külön jó volt az önéletrajzok személyre szabott átnézése.
Tökéletesen fel volt építve az elejétől a végéig. A jövőben is keresni fogom a Karrier Iroda kurzusait!”*

*„Kellemes csalódás ért, nagyon jól éreztem magam!
Sok színes feladat volt, számos hasznos dolgot tanultam magamról és az álláskeresésről!”*

Személyes PR tréning



Szeretnél visszajelzéseket kapni jellemző kommunikációs stílusodról, non verbális üzeneteidről?

Nem úgy fejezed ki érzéseid, gondolataid, ahogy szeretnéd, így néha elbeszéltek egymás mellett beszélgetőpartnereddel?

Van szándékod arra, hogy tisztábban ráláss a konfliktushelyzeteidre, a mögöttes szükségletekre, mozgatórugókra? Szeretnél eszközöket, lehetséges forgatókönyveket kapni az aszertívebb önérvényesítés érdekében?

A képzés végére az önismeretre irányuló feladatoknak, gyakorlatoknak köszönhetően a résztvevők visszajelzést kapnak személyiségükről, tudatosabban lesznek saját kommunikációs stílusukat illetően, megtapasztalják annak hatásait, eredményesebben tudják magukat képviselni társas helyzetekben. Képesek lesznek arra, hogy céljaikat, szükségleteiket a helyzetnek megfelelően fejezzék ki.

Hallgatói vélemények:

*„Tetszett, ahogyan fel volt építve a tréning két napja!
Nagyon pozitív volt számomra a kurzus, új dolgokat tudtam meg magamról, illetve TÉNYLEG
használható tudást kaptam a fejlődésre, ami ritka. Köszönöm!”*

*"Rendkívül informatívnak, ötletesnek, gyakorlatiasnak és nem utolsó sorban humorosnak tartottam
a tréninget."*



Stíluskommunikációs tréning

A tréning gyakorlatias módon segít abban, hogy hogyan alakíthatsz ki számodra megfelelő, másoknak is tetsző **stílust**. A képzés során megismered a kifinomult stíluskommunikáció alappilléreit (**szociális kompetencia, viselkedéskultúra, mozgásmagatartás, beszédmagatartás, öltözködéskultúra**) a hétköznapi életben és a munka világában egyaránt, illetve hasznos útvalót kapsz egyéniségednek és az alkalomnak megfelelő öltözködés, megjelenés kialakításához!

Hallgatói vélemények:

„A leginkább pozitív számomra az oktató attitűdje volt. Személyesen, egyénenként próbált rákoncentrálni minden emberre. Még több ilyen tréninget!”

„Számomra a legérdekesebb feladat a színpaletta készítése és a testalkattípusok meghatározásai voltak. Nagyon élvezetes, inspiráló volt a képzés!”

Pályázatírás és projektmenedzsment tréning

Milyen tartalomra számíthatsz?

- A képzés célja, hogy a résztvevők **gyakorlati példák** segítségével megismerjék a projekttervezés és projektvezetés, valamint a projektmegvalósítás és projektértékelés módszertani alapfogalmait, és képesek legyenek azok gyakorlati alkalmazására
- **Megismered a pályázati rendszer felépítését:** áttekintés a hazai és az EU-s fejlesztési irányokról, operatív programokról, **pályázatkészítés menete, módszertana**, pályázati anyag és információ megszerzésének lehetőségei és módjai.
- Megtudod, melyek a pályázat összeállításának háttér elemei: a kívánt (elérendő) cél (eredmény) meghatározás; Outputok meghatározása; SWOT, stratégiai tervezés, problémaelemzés, cél meghatározás, partnerség, horizontális célkitűzések, indikátorok, humánerőforrás tervezés, ütemezés, munkaterv, pénzügyi tervezés.
- Belelátsz a projekttervezés részleteibe; projekt megvalósulás ellenőrzése, projekt technikák (GANNT, Kockázat elemzés).



Hallgatói vélemények

„Profi oktató; barátságos légkör; hasznos tudás, könnyed hangvétellel!”

„Rengeteg hasznos gyakorlati ismeretre tehettem szert és sok kreatív ötletet hallhattunk!”

„A csapatmunkát nagyon élveztem! Hogy mi magunk csinálhattunk projekteket, így a gyakorlatban is látva, hogyan áll össze!”

Időgazdálkodási tréning

*...bárcsak lenne még egy napom, akkor rendesen fel tudnék készülni a vizsgára!
...bárcsak reggelente úgy tudnék felkelni, hogy teli vagyok energiával!
...bárcsak kevesebb időt kellene tanulással töltenem, és többet lehetnék a barátaimmal!
...bárcsak ne 24, hanem 36 órából állna egy nap!*

Ismerősek a fenti mondatok?

Ezen a képzésen minden résztvevő számára felismerhetők a saját működésmódok előnyei és fejlesztendő területei, illetve **egyénre szabott** módszer- és eszköztár segítségével mindenki kialakíthatja személyre szabott időgazdálkodási technikáját és eszközrendszerét. A résztvevők **havi, heti, napi** tervek készítenek a szorgalmi és vizsgaidőszakra vonatkozóan, megtanulnak **priorizálni, fókuszálni, önkontrollt gyakorolni, a halogatást elkerülni, nemet mondani.**

Hallgatói vélemények:

*„Önismeret szerzése, a problémáimra találtam olyan technikákat, amiket később alkalmazhatok. Új ismereteket szereztem, amelyekkel képessé váltam egy céltudatosabb élet felismerésére. Hogy mik a valódi céljaim, és képessé váltam prioritásokat létrehozni.”
„Sok játék, érdekes feladatok, sok beszélgetés, kiváló diákok és kedves, felkészült, segítőkész tréningvezető.”*



4. Tanácsadások

Pályatervezési tanácsadás

Megszámlálhatatlanul sokszor teszik fel a kínzó kérdést, hogy mégis **MI LESZEL, HA NAGY LESZEL, MIT KEZDESZ MAJD A DIPLOMÁDDAL?** Elbizonytalanodtál, hogy jó szakon vagy-e egyáltalán? Nem vagy egyedül. Az egyetemen alig néhány éved van körvonalmazni, hogy a megszerzett tudásodat hogyan értékesítsd majd a munkaerőpiacon. Nem kis döntés, hiszen jól lehet, hogy ez a választás határozza meg hátralevő életed munkával töltött napjait. Miért ne dönthetnél úgy, hogy a munka számodra ne csak kötelesség, hanem igazi hivatás is legyen egyben?

A legnagyobb fejtörést talán az okozza, **hogy összhangba hozd vágyaid, elképzeléseid, megszerzett tudásod, készségeid a munkaerőpiac lehetőségeivel.** Olyan irányokat jelölj ki, melyek lelkesítenek, olyan szakterületet, közeget találj, ami kibontakozásod, fejlődésed támogatja. A tanácsadás segít tisztábban látni mit szeretnél, mi illik személyiségedhez és mindehhez hogyan kerülhetsz közelebb.

Hallgatói vélemények:



„Megnyugtató, hogy jelenleg jó úton haladok-e a karrierépítésem, illetve a pályaválasztásom területén. Képzettségem, készségeim, motivációim, képességeim és céljaim összhangban vannak-e egymással.”

„Segített megszüntetni a bizonytalanságomat, ami azért alakult ki, mert nem voltam arról meggyőződve, hogy jó szakon vagyok, és megéri az energiáimat befektetnem. Nyugodtabb lettem, és a tanácsadó tanácsát megfogadva a szóbeli vizsgáimat is bravúrosan megoldottam.”

Karrier tanácsadás

Önéletrajz és motivációs levél

A Rólad kialakult első benyomás az önéletrajzon alapul! A tanácsadás során átbeszéljük, hogy milyen részekből épül fel az önéletrajz, meglévő tapasztalataid, tanulmányaid, készségeid közül melyiket milyen formában vezesd fel, hogy jól illeszkedjen a megpályázott pozícióhoz, szakterülethez. Nem kevésbé fontos a forma, a vonzó megjelenítés sem! **Ötleteket adunk**, hogy milyen kreatív eszközökkel élhetsz, hogyan varázsolhatod egyedibbé önéletrajzod.

Támpontokat kapsz a motivációs levél megírásához is, hogy a későbbi pályázatok benyújtásakor a meggyőző érvek felsorakoztatása és lelkesedésed közvetítése már ne okozzon fejtörést!

Hallgatói vélemények:

„A megújult CV-nek hála márciusban és április elején felgyorsult az álláskeresés. Sok helyre behívtak interjúra, és több helyről ajánlatot is kaptam így még válogatni is tudtam melyiket szeretném igazán. Május elején kezdek is.”

„Nagyon hasznos volt. A tanácsadó hasznos tanácsokat adott és nagyon kedves volt. Sokat segített a munkakeresés sikertelenségével járó elkeseredésem elmúlásában. Az Önök munkáját pedig nagyon köszönöm! Már ajánlottam a még idejárom barátaimnak. ”



Interjúszimuláció

„Miért gondolja, hogy Ön a legmegfelelőbb ember a meghirdetett pozícióra? Melyek az erősségei és a gyengéi? Mit tudna hozzátenni cégünk működéséhez?”

A szimuláció célja, hogy pályázóként **felkészülten és természetes, hiteles összképet sugározva** jelenj meg a későbbi állásinterjúkon. Körülbelül 45-60 percen megtudod, **milyen kérdésekre lehet számítani, megtapasztalod az állásinterjú hangulatát**, majd a beszélgetés végén **visszajelzést kapsz** az interjúztató benyomásairól, a finomítandó válaszokról. Kitérünk a béralkura és a felkészülés egyéb fontos lépéseire is, melyek nagyban hozzájárulnak eredményes szereplésedhez a későbbi „éles” interjúkon!

Hallgatói visszajelzés:

„A pályatervezési és álláskeresési tréning, valamint a próbainterjú után örömmel szeretném tudatni, hogy felvettek a kiszemelt cég gyakornoki programjába, és szerdán kezdek.”

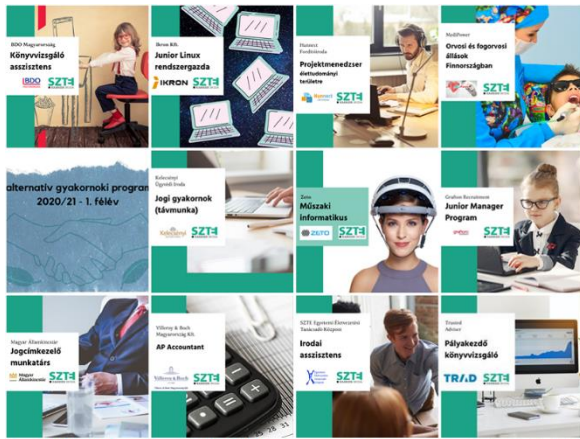
5. SZTE Karrier Napok

A Karriernapot megelőző **3-4 napos rendezvény, a Felkészítő Napok célja**, hogy a hallgatókat, frissdiplomásokat a munkaerőpiacra hangolja, hozzásegítse a **Karrier nap látogatókat** ahhoz, hogy a **munkáltatókkal való találkozás során felkészültek, magabiztosak legyenek**.

Az *előadások* szélesebb kör számára nyitottak, míg az *interaktív workshopokra* és a *tanácsadásokra* a relatív kevesebb hely miatt előzetes jelentkezést kérünk!

A félévenként megújuló részletes programot itt találod: <https://u-szeged.hu/sztekarrier/szte-karrier-napok/szte-karrier-napok>

6. Gyakornoki helyek, állásajánlatok, egyéb munkaerő-piaci lehetőségek közvetítése



1. A hirdetések közzétételének általunk legintenzívebben használt felülete a **Facebook oldalunk**, ahol nyomon követheted az aktuális ajánlatokat, ezeken túl érdekes cikkeket, egyéb programajánlókat is olvashatsz:

<https://www.facebook.com/sztekarrieriroda/>

2. **Honlapunkon** minden egyéb programajánlót és részletes leírást megtalálasz:

<https://u-szeged.hu/sztekarrier>

3. Offline formában is közzétesszük a hozzánk beérkező ajánlatokat a **TIK ruhatár melletti hirdetőtáblán**. Ha arra jársz, vess egy pillantást a gyakornoki helyekre vagy állás lehetőségekre attól függően, melyiknek van aktualitása számodra!

Tapasztalatok, ajánlások

Szolgáltatásainkból akkor tudsz leginkább profitálni, ha egymásra építed őket. Ha bizonytalan vagy, érdemes az alapokkal, a pályatervezéssel, önmagaddal és a céljaiddal kezdeni, ezt követheti a készségfejlesztés a tréningeken keresztül, illetve szakmai kompetenciáid erősítése gyakornoki programokkal, egyéb munkaerő-piaci lehetőségekkel. Ehhez azonban a legtöbb esetben pályáznod kell, itt következhet a karrier tanácsadás, a megfelelő pályázati anyag összeállítása, akár próbainterjúval helyzettől zárva. Az online képzések egy része pedig a kicsit távolabbi jövőre ad kitekintést, mint a hiteles vezetővé váláshoz szükséges tudnivalók vagy a pénzügyeid hatékony menedzselése. *Ha bármelyik programunkról szeretnél többet tudni, keress minket a PPT-n megadott elérhetőségeken!*

Bátran keress Bennünket, élj a szolgáltatásaink adta lehetőségekkel!

**JELEN TANANYAG A SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEMEN KÉSZÜLT AZ EURÓPAI UNIÓ
TÁMOGATÁSÁVAL. PROJEKT AZONOSÍTÓ: EFOP-3.4.3.-16-2016-00014**

SZÉCHENYI

2020



**MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA**

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE