

# NÁMS- OG STARFSRÁÐGJÖF

fyrir alla



Fræðslusetrið Starfsmennt býður öllum félagsmönnum stéttarfélaga innan BSRB upp á þjónustu náms- og starfsráðgjafa til að ræða stefnu í námi og starfi. Meginmarkmið náms- og starfsráðgjafar er að efla vitund einstaklinga um hæfileika sína, viðhorf og áhuga þannig að þeir geti notið sín í námi og starfi.

## Viðtöl við náms- og starfsráðgjafa eru fyrir þá sem vilja:

- Þróa hæfni sína í starfi
- Skoða möguleika á starfsþróun
- Fá upplýsingar um nám og setja sér markmið
- Mæta nýjum lífshlutverkum og takast á við breytingar

## Náms- og starfsráðgjöf er aðstoð við að:

- Átta sig á áhuga sínum og tengja við nám og störf
- Þekkja veikleika og styrkleika í starfi
- Vega og meta hin ýmsu störf og starfssvið
- Útbúa náms- og starfsferilskrá
- Leita að áhugaverðu tólmundastarfi eða námi
- Efla sjálfstraust eftir áföll í námi eða starfi
- Bæta samskipti og samstarf
- Forgangsraða, skipuleggja og stjórna eigin tíma
- Setja mörk og stjórna tilfinningum í starfi
- Taka og túlka Strong áhugasviðspróf



símenntun varðar þig

Ef þú hefur áhuga á þessari einstaklingsþjónustu þá getur þú bókað viðtal hjá náms- og starfsráðgjafa á skrifstofu Fræðslusetursins Starfsmenntar í síma 550 0060. Viðtölin fara fram að Skipholti 50b, 3. hæð, 105 Reykjavík og er þátttakendum að kostnaðarlausu.

Nánari upplýsingar og skráning á

[www.smennt.is](http://www.smennt.is)

