UNELMIEN TYÖNHAKUPÄIVÄ

OHJELMA 1.10.2020

Klo 14.00 Tapahtuman avaus
Ohjelman ja Piilo-osaajien esittely

Klo 14.10 HAAVE: Kehon ja mielen viritys hetkeen
HAAVE virittää osallistujat oikealle taajuudelle lempeällä liikkeellä ja rauhoittavalla hengityksellä. HAAVEen näyttämiä keinoja voit käyttää myöhemminkin kaivatessasi lisää virtaa työnhakupäivääsi tai keskittyessäsi työhaastattelua varten.

Klo 14.30 Shani Livson: Motivaation sanoittaminen työnhaussa
Omien motiivien ymmärtämisen avulla pääsee nopeasti kiinni siitä, minkälaisista työtehtävistä motivoituu ja löytää oikean fokuksen eri työvaihtoehtoja pohtiessaan. Kun tunnistaa omat motiivinsa, pystyy sanoittamaan vahvuutensa työnhaussa ja näin erottuu muiden hakijoiden joukosta.

Klo 15.00 Miia Huitti: Onnistu työnhaussa, lievitä stressiäsi
Miia Huitti on stressivalmentaja, jonka intohimona on antaa työkaluja stressin käsittelyyn ja inspiroida meistä jokaista voimaan paremmin ja olemaan onnellisempi niin työssä kuin vapaa-ajalla. Miian puheenvuoro sisältää sopivasti faktaa stressistä ja palautumisesta, inspiroivia arjen esimerkkitarinoita, sekä kaksi tehokasta työkalua stressikuorman keventämiseen.

Klo 15.30 Eerika Heininen: Pettymykset työnhaussa - mistä voimaa eteenpäin?
Puheenvuoron aikana tutustutaan pettymyksen anatomiaan ja siihen, voiko pettymyksestä olla jotain hyötyä. Käymme läpi käytännön vinkkejä pettymyksen käsittelyyn ja pohdimme, millaisia oppeja voisimme poimia urheilumaailmasta työnhakuun. Eerika Heininen on työpsykologi ja psyykkinen valmentaja, joka haluaa olla mukana rakentamassa inhimillisesti kestävämpää (työ)elämää sekä auttaa yksilöitä ja organisaatioita kohti heille merkityksellisiä tavoitteita.

Klo 16.15 Yhteenveto päivästä ja tietoa Piilo-osaajista

Klo 16.25 HAAVE: Mielikuvamatka työnhaussa onnistumiseen
HAAVEen ohjaama mielikuvamatka työnhaussa onnistumiseen auttaa sinua kehittymään työnhakijana. Missä olet hyvä? Mitä voisit vielä kehittää? Mitkä tekijät auttavat sinua työnhaussa? Mistä luopuminen veisi sinut lähemmäs tavoitettasi?