

להתמקד ולבחור



תוכנית עבודה תעסוקתית



בניית תוכנית עבודה לקראת הגשמת המטרה התעסוקתית להשתלבות בתעסוקה או לימודים

הנחיות למשתתף

1. הגדר/י מטרה תעסוקתית בהתאם למודל SMART
2. הגדר/י את המשרה/עיסוק או מסלול הלימודים הנבחר
3. בנה/י תוכנית עבודה להגשמת המטרה התעסוקתית בטבלה המצורפת

הערות למנחה

- אסטרטגיית התמודדות מול חסמים:
- יש להקפיד על הגדרת מטרה תעסוקתית סמארטית
 - לטובת הגדרת אבני הדרך והמשימות, ניתן להיעזר בדוגמאות המופיעות בדף המלווה
 - חשוב לפעול בהתאם לעקרונות ולדגשים המופיעים בדף המלווה

רפלקציה

- איך היה עבורך לבנות את תוכנית העבודה? מה אתגר אותך?
- מה יעזור לך לפעול בהתאם לתוכנית ולהגשים את המטרה התעסוקתית?
- מה למדת על עצמך בתהליך יישום התוכנית?
- אילו כישורים אשר נדרשו בהתנסות אתגרו אותך וכיצד התמודדת עם האתגר?

כישורים במיקוד

- ניהול זמן ומשימה
- פרואטיביות
- מוטיבציה
- חוסן ו GRIT

קישורים וחומרים נלווים

[תוכנית עבודה תעסוקתית](#)