

PAKETA E MBËSHTETJES PSIKO-SOCIALE DHE ORIENTIMIT NË KARRIERË

Në Shqipëri, një numër i konsiderueshëm individësh nga grupet vulnerabël – përfshirë të rinjtë jashtë sistemit arsimor dhe tregut të punës (NEET), nënat e reja të papuna, përfituesit e ndihmës ekonomike dhe personat me aftësi të kufizuara – përballen me një sërë barrierash strukturore dhe individuale që kufizojnë rëndë mundësitë e tyre për përfshirje në jetën ekonomike dhe sociale.

Një nga sfidat më kritike që përbashkon këto kategori është **mungesa e aftësive bazë**, si leximi, llogaritja dhe përdorimi i mjeteve digjitale. Këto mungesa jo vetëm që pamundësojnë ndjekjen e trajnimeve profesionale apo edukimit formal me kohë të pjesshme, por edhe pengojnë qasjen në informacion, në shërbime publike, si dhe në mundësi punësimi që kërkojnë minimumin e këtyre kompetencave funksionale.

Kjo situatë ka rrënjë të thella dhe lidhet me cikle të trashëguara të varfërisë, përjashtimit arsimor dhe mungesës së mbështetjes së personalizuar. Politikat tradicionale të ndihmës sociale, të fokusuara kryesisht në mbijetesën ekonomike, nuk kanë arritur të adresojnë këto boshllëqe thelbësore që pengojnë fuqizimin real të individit. Vetëm në vitet e fundit, me miratimin e **Strategjisë Kombëtare për Punësim dhe Aftësim 2019–2025, Strategjisë për Mbrojtje Sociale** dhe zhvillimin e **programeve të arsimit me kohë të pjesshme për të rritur**, është theksuar rëndësia e qasjeve gjithëpërfshirëse dhe ndër-disiplinore që kombinojnë aftësimin, përfshirjen sociale dhe mbështetjen psiko-emocionale.

Pikërisht në këtë kontekst lind **nevoja për një paketë të integruar mbështetjeje**, e cila të ndërthurë zhvillimin e aftësive funksionale (lexim, llogaritje, përdorimi i teknologjisë), mbështetjen psiko-sociale dhe orientimin në karrierë, me qëllim që këto individë të kapërcejnë pengesat shumëdimensionale dhe të ndërtojnë një trajektore të re drejt edukimit, punësimit dhe vetë-mjaftueshmërisë.

Ky model mbështetjeje nuk synon vetëm zhvillimin e aftësive teknike, por edhe rritjen e vetëbesimit, motivimit dhe përfshirjes aktive – duke e trajtuar individin në mënyrë gjithëpërfshirëse dhe duke i hapur rrugën për të qenë pjesë aktive e zhvillimit ekonomik dhe shoqëror të komunitetit. Gjithashtu përbën një model pune të përshtatshëm për aktorët lokalë që operojnë në fushën e shërbimeve sociale, punësimit dhe edukimit për të rritur, dhe është projektuar të jetë e zbatueshme, e matshme dhe e përshtatshme për kontekstin shqiptar.



Funded by
the European Union

ARBETSFÖRMEDELINGEN
SWEDISH PUBLIC EMPLOYMENT SERVICE



AKPA
Agjencia Kombëtare e Punësimit dhe Aftësisë

EU 4 Labour Market
Inclusion



Në mënyrë të veçantë, paketa mbështetet mbi parimet e teorisë së zhvillimit psiko-social të **Erik Erikson**, sipas së cilës kapërcimi me sukses i fazave zhvillimore, si ndërtimi i identitetit dhe arritja e pavarësisë, është i lidhur ngushtë me përvojat sociale dhe mbështetjen që individit merr gjatë jetës. Tek individët që nuk kanë pasur mundësi për zhvillim të barabartë, ndërhyrjet që kombinojnë orientimin profesional me përf forcimin emocional janë thelbësore për të ndihmuar procesin e ristrukturimit të qëndrimeve, aktivizimit të potencialit dhe fuqizimit për vendimmarrje të qëndrueshme.

Po ashtu, qasja e mentorimit dhe mbështetjes individuale mbështetet edhe në parimet e teorisë së **vetë-determinimit** (Self-Determination Theory), që thekson rëndësinë e autonomisë, përkatësisë dhe kompetencës në zhvillimin dhe motivimin afatgjatë. Duke krijuar mjedise mbështetëse dhe të sigurta psikologjiksht, pjesëmarrësit aftësohen të ndërtojnë objektiva reale dhe të angazhohen në rrugë zhvillimi të qëndrueshme.

Bazuar gjithashtu në prioritetet e përcaktuara nga Strategjia Kombëtare për Punësim dhe Aftësim 2019–2025, Strategjia për Mbrojtje Sociale dhe dokumentet për arsimin me kohë të pjesshme për të rritur, kjo paketë ofron një qasje ndër-disiplinore që synon të ndërthurë:

- zhvillimin e kompetencave funksionale;
- përfshirjen sociale;
- mbështetjen emocionale dhe orientimin në karrierë.

Kjo qasje synon jo vetëm aftësimin teknik, por edhe **ndërtimin e një vetëdije të re profesionale**, fuqizimin personal dhe përfshirjen aktive të individëve në komunitet dhe në tregun e punës.

Mentorimi përfaqëson një shtyllë themelore të këtij projekti të integruar, i cili synon fuqizimin e grupeve vulnerabël përmes kombinimit të aftësive bazë, mbështetjes psiko-sociale dhe orientimit në karrierë. Përfituesit e këtij projekti – të rinjtë NEET, nënat e reja, përfituesit e ndihmës ekonomike dhe personat me aftësi të kufizuara – përballen me një sërë barrierash komplekse që vështirësojnë përfshirjen e tyre në arsimim apo treg pune. Këto sfida përfshijnë jo vetëm mungesën e aftësive funksionale (si lexim, llogaritje apo përdorimi i teknologjisë), por edhe pengesa të natyrës psikologjike dhe sociale, si mungesa e vetëbesimit, ndjenja e përjashtimit apo frika nga dështimi.



Funded by
the European Union

ARBETSFÖRMEDLINGEN
SWEDISH PUBLIC EMPLOYMENT SERVICE



AKPA
Agjencia Kombëtare e Punësimit dhe Aftësisë

EU 4 Labour Market
Inclusion



Mentorimi gjatë procesit të përfshirjes në arsim dhe/ose punësim synon të adresojë në mënyrë të personalizuar këto vështirësi. Ai ndihmon pjesëmarrësit të identifikojnë potencialet e tyre, të ndërtojnë plane konkrete zhvillimi, të mësojnë të përballojnë pengesat që dalin gjatë rrugëtimit të tyre, si dhe të kenë mbështetje të vazhdueshme morale dhe profesionale. Kjo është veçanërisht e rëndësishme për të rinjtë NEET që kanë përjetuar izolim të gjatë nga tregu i arsimit dhe punës, për nënat e reja që kanë humbur kontaktin me rrjetet sociale dhe institucionale, si dhe për personat me aftësi të kufizuara që përballen me stigma apo mungesë të përkrahjes së personalizuar.

Përmes mentorimit, krijohet një urë midis individëve dhe strukturave mbështetëse – qendrat e formimit profesional, ofruesit e arsimit me kohë të pjesshme apo punëdhënësit – duke mundësuar përfshirje më të qëndrueshme dhe afatgjatë. Mentorët do të kenë rol udhëzues, motivues dhe reflektues në proces, duke kontribuar në përmbushjen e Objektivit 1 të projektit: ofrimin e mbështetjes psiko-sociale dhe orientimit në karrierë për pjesëmarrës, me qëllim përmirësimin e mirëqenies mendore, ndërtimin e vetëbesimit dhe shtimin e kapaciteteve për marrje vendimesh të vetëdijshme për të ardhmen.

Termi *mentor* përkufizohet në mënyra të ndryshme, por të gjitha i referohen një figure që ndihmon një person tjetër të arrijë potencialin e tij të plotë, përmes udhëzimit, mbështetjes dhe zhvillimit të vazhdueshëm. Në thelb, mentori është një person që:

- Mbështet një individ në zhvillimin e aftësive personale dhe profesionale;
- Ofron njohuri, këshilla dhe perspektivë, si dhe ndihmon në krijimin e një rruge të qëndrueshme për zhvillimin e karrierës;
- Siguron mbështetje emocionale dhe psikologjike, ndërsa shërben si model frymëzimi;
- Udhëheq procesin e zhvillimit përmes edukimit, konsultimit dhe mbështetjes së strukturuar;
- Krijon një marrëdhënie dinamike me përfituesin (menteen), ku ndërveprimi i ndërsjellë luan rol thelbësor në arritjen e objektivave individuale.

Mentorimi, në kuadër të kësaj pakete mbështetëse, nuk është një proces i thjeshtë transferimi njohurish, por një **proces kompleks, interaktiv**, i cili ndihmon përfituesin të përmirësojë efikasitetin personal dhe profesional, të formulojë objektiva konkrete dhe të avancojë drejt një niveli më të lartë pjekurie në karrierë.

Në literaturën ndërkombëtare përdoren disa terma të afërt me "mentor", si: **mësues, udhërrëfyes, këshillues, supervisor**, ndërsa për individin që përfiton nga mentorimi përdoren terma si **klient** ose **përfitues**. Në kontekstin e kësaj pakete, roli i mentorit është thelbësor për orientimin, mbështetjen morale dhe ndërtimin e një plani të individualizuar për edukim dhe punësim.

Në vitin 2014, studiuesi **Philip Dawson** paraqiti një kornizë teorike për mentorimin, duke identifikuar 16 tregues që ndihmojnë në strukturimin dhe vlerësimin e tij. Disa prej këtyre treguesve, të rëndësishëm edhe për këtë projekt, përfshijnë:

- Roli dhe detyrat e mentorit;
- Raporti ndërmjet numrit të mentorëve dhe përfituesve;
- Niveli i lidhjes emocionale në marrëdhënie;
- Diferencat në përvojë dhe njohuri mes mentorit dhe përfituesit;
- Kohëzgjatja e programit dhe frekuenca e takimeve;
- Metoda e përzgjedhjes së përfituesve;
- Metoda e përafrimit mentor–përfitues;
- Qasja metodologjike e mentorimit (individuale/grupore);
- Akses në burime mbështetëse;
- Përdorimi i teknologjive të informacionit dhe komunikimit në proces.

Qëllimi i Paketës

Të përmirësojë mirëqenien emocionale, vetëbesimin dhe orientimin profesional të të rriturve në situatë të pafavorshme, përmes mbështetjes së personalizuar psikologjike dhe mentorimit, duke i ndihmuar ata të kapërcejnë barrierat për edukim dhe punësim, dhe të përfshihen në arsimin bazë me kohë të pjesshme dhe në tregun e punës.

Objektivat

- Të ofrohet mbështetje psiko-sociale për të adresuar pengesat emocionale (ankthi, stresi, mungesa e vetëbesimit).
- Të orientohet pjesëmarrësi drejt një drejtimi të qartë në arsimim ose punësim.
- Të hartohet një plan individual i zhvillimit personal dhe profesional për secilin përfitues.

- Të krijohet një qasje e përsëritshme për përdorim nga bashkitë dhe institucionet publike.
- Të forcohet vetëbesimi dhe motivimi personal i pjesëmarrësve.
- Të zhvillohen aftësi për zgjidhjen e problemeve

Përbërësit e Paketës

Vlerësimi fillestar individual

- Intervistë hyrëse psikologjike me secilin pjesëmarrës
- Vlerësimi i gjendjes emocionale, aftësive personale dhe objektivave të karrierës
- Identifikimi i faktorëve pengues dhe burimeve mbështetëse

Seanca të këshillimit psiko-social

- Seanca individuale
- Tema të trajtuara

Tema që do trajtohen:

- Vetëvlerësimi dhe identiteti
- Trajtimi i frikës nga dështimi dhe stigmatizimi
- Rregullimi emocional dhe ndërgjegjësimi për veten
- Strategji për përballimin e stresit dhe presionit social
- Ndërtimi i një rrjeti mbështetës (grupi dhe komuniteti)
- Etj

Mjetet e përdorura:

- Skema të vetëvlerësimit
- Ushtrime të vetë-reflektimit (dritarja Johari)

- Diskutime me bazë rasti
- Role-playing dhe teknika të relaksimit

Orientimi në Karrierë- Mentorim për zhvillim personal dhe profesional

- Ndërthurje e këshillimit me orientimin në karrierë
- Mbështetje për vendosjen e objektivave afatshkurtra dhe afatgjata
- Përgatitje për sfida reale në mjedisin e punës ose arsimit

Punë në grupe (workshop-e)

- Workshop-e motivuese dhe edukative në grupe të vogla (10–12 persona)
- Role-playing dhe simulime praktike për situata të karrierës

Mbështetje për tranzicionin në arsim ose punë

- Ndihmë për aplikime dhe dokumentacion
- Mbështetje gjatë procesit të regjistrimit në arsimin me kohë të pjesshme
- Përgatitje emocionale për integrimin në një ambient të ri

Tema që do trajtohen:

- Zbulimi i interesave dhe aftësive profesionale
- Informimi mbi profesionet dhe tregun e punës
- Ndërtimi i CV-së dhe përgatitja për intervista
- Sfidat për grupet vulnerabël në punësim
- Procesi i regjistrimit në shkolla me kohë të pjesshme

Ushtrime:

- Rrota e balancës jetësore

- Hartimi i një plani 3-mujor dhe 1-vjeçar për zhvillimin
- Vizitë virtuale apo reale në një qendër formimi profesional

Metodologjia

- Qasje e integruar psikologji–karrierë
- E bazuar në nevoja individuale (plan mbështetje për çdo pjesëmarrës)
- Përdorimi i instrumenteve vlerësuese dhe reflektive (pyetësorë, ditarë personalë, feedback i strukturuar)

Kalendari i zbatimit

- Kohëzgjatja: 140 pjesëmarrës ndahen në 3 raunde, secili me 4 grupe nga 10–14 vetë, për 8 ditë secili.

Vlerësimi dhe monitorimi

- Pyetësorë para dhe pas programit për matjen e vetëbesimit, motivimit dhe qasjes ndaj punës/arsimit
- Rishikim periodik
- Raporte për çdo pjesëmarrës në përfundim të ciklit

Mjetet Mbështetëse të Paketës

- Udhëzues praktik për psikologët dhe këshilltarët
- Formate për vlerësim fillestar dhe përfundimtar të pjesëmarrësve
- Materiale për pjesëmarrësit: “Hapat drejt zhvillimit personal dhe profesional”
- Vidio dhe fletë-palosje motivuese
- Udhërrëfyes për regjistrimin në arsim me kohë të pjesshme



Funded by
the European Union

ARBETSFÖRMEDELINGEN
SWEDISH PUBLIC EMPLOYMENT SERVICE



AKPA
Agjencia Kombëtare e Punësimit dhe Aftësisë

EU 4 Labour Market
Inclusion



MJETET MBËSHTETËSE TË PAKETËS

PLANI INDIVIDUAL I ZHVILLIMIT

Emri dhe Mbiemri: _____

Grupi i përkatësisë: NEET / Nënë e re / Ndihmë ekonomike / PAK

Data e fillimit të programit: _____

Data e përfundimit të programit: _____

Objektivat personale dhe profesionale:

1. _____
2. _____
3. _____

Hapat për arritjen e objektivave:

- - _____
- - _____
- - _____

Aftësitë për t'u zhvilluar: _____

Trajnime/arsim i synuar: _____

Nevoja për mbështetje psiko-sociale: _____

Firmosur nga pjesëmarrësi: _____ Data: _____

Firmosur nga këshilltari: _____ Data: _____

Instrumente për Vlerësimin Fillestar Individual

1. INTERVISTË HYRËSE PSIKOLOGJIKE

Qëllimi: Të krijohet një kuadër njohjeje fillestare me perfituesit dhe të identifikohen nevojat emocionale dhe objektivat personale.

Struktura e intervistës:

- Prezantimi dhe krijimi i një klime të sigurt komunikimi
- Pyetje hapëse mbi historinë personale (mosha, gjendja familjare, përvoja e fundit me arsimim ose punë)
- Si ndihesh aktualisht në jetën tënde personale dhe profesionale?
- Cilat janë shqetësimet që ke më shpesh?
- A ke marrë më parë mbështetje psikologjike apo këshillim?
- Çfarë shpreson të arrish nga ky program?
- Etj

2. VLERËSIMI I GJENDJES EMOCIONALE, AFTËSIVE DHE OBJEKTIVAVE

Qëllimi: Të matet niveli aktual i mirëqenies emocionale, aftësive të buta dhe vetëbesimit.

Pyetësor Vlerësues (Likert 1-5):

- Ndihehem i/e aftë të përballoj vështirësitë.
- Kam vetëbesim për të ndërmarrë hapa të rinj.
- Di të shpreh ndjenjat e mia në mënyrë të shëndetshme.
- Ndihehem i/e motivuar për të ndjekur një rrugë profesionale.
- Kam objektiva të qarta për të ardhmen time.

3. IDENTIFIKIMI I FAKTORËVE PENGUES DHE BURIMEVE MBËSHTETËSE

Qëllimi: Të kuptohen barrierat personale/sociale dhe të evidentohen burimet e mundshme që mund të mbështesin përfshirjen.

Model pyetjesh:

- Me çfarë vështirësish përballësh aktualisht për të ndjekur shkollën ose për të gjetur punë?
- Ke ndonjë person apo institucion që të mbështet?
- A ke akses në transport, internet, ose kujdes për fëmijët?
- Cilat janë tre gjërat që të pengojnë më shumë për të përparuar?
- Çfarë mendon se do të të ndihmonte më shumë për të ecur përpara?

SEANCA TË KËSHILLIMIT PSIKO-SOCIAL

Seanca Individuale

Qëllimi: Të ofrojë mbështetje emocionale të drejtpërdrejtë dhe të ndihmojë pjesëmarrësin në vetë-reflektim dhe përmirësim të vetëbesimit.

Struktura e përgjithshme:

- Rikonfirmimi i marrëdhënies së besimit
- Diskutim mbi sfidat aktuale dhe përvojat personale
- Identifikimi i përmirësimeve dhe fushave që kërkojnë ndihmë
- Vendosja e objektivave për javën në vijim

Tema të Trajtuar në Seancat Individuale

- Vetëbesimi dhe vlerësimi personal
- Menaxhimi i emocioneve dhe stresit
- Roli i mendimeve pozitive në përparim
- Përcaktimi i objektivave të vogla dhe të arritshme
- Përballimi i refuzimit dhe ndërtimi i qëndrueshmërisë emocionale

Seanca në Grup

Qëllimi: Të nxisë ndarjen e përvojave dhe të forcojë ndjenjën e përkatësisë, duke zhvilluar aftësi sociale dhe emocionale në një mjedis bashkëpunues.

Metodologji të përdorura:

- Diskutim në rreth për tema të përbashkëta emocionale
- Ushtrime vetë-reflektimi dhe vlerësimi
- Role-playing për përballimin e situatave të vështira

- Detyra në grupe dhe prezantime

Tema të mundshme për trajtim në grup:

- Komunikimi efektiv dhe dëgjimi aktiv
- Menaxhimi i konflikteve dhe ndërtimi i marrëdhënieve
- Rritja e motivimit dhe qëllimeve të përbashkëta
- Ndërtimi i vetëbesimit përmes mbështetjes së ndërsjellë

Seancat në grup do të organizohen çdo dy javë dhe do të kombinojnë teori me praktika interaktive, duke siguruar që çdo pjesëmarrës të ketë mundësi të kontribuojë dhe përfitojë.

FORMULARI I VLERËSIMIT PSIKO-SOCIAL DHE TË KARRIERËS

Emri: _____ Data: _____

Raundi: I / II / III

Plotësohet: [] Në fillim të programit [] Në përfundim të programit

Shkalla

- 1 - Shumë pak
- 2 - Pak
- 3 - Mesatar
- 4 - Mjaftueshëm
- 5 - Shumë mirë

1. Sa i/e motivuar ndihesh për të vazhduar shkollimin ose një trajnim profesional?

Shkallë 1-5: 1 2 3 4 5

2. Sa beson se mund të arrish një qëllim profesional brenda vitit të ardhshëm?

Shkallë 1-5: 1 2 3 4 5

3. Sa mirë i njeh aftësitë e tua të forta dhe dobësitë?

Shkallë 1-5: 1 2 3 4 5

4. Sa e ndjen mbështetjen e grupit apo komunitetit gjatë këtij procesi?

Shkallë 1-5: 1 2 3 4 5

5. Si ndihesh për veten dhe aftësitë e tua në raport me të tjerët?

Shkallë 1-5: 1 2 3 4 5

Komente shtesë nga pjesëmarrësi: _____

UDHËZUES PËR PSIKOLOGËT DHE KËSHILLTARËT E KARRIERËS

Qëllimi: Të sigurohet cilësia e ndërhyrjes dhe personalizimi i mbështetjes për çdo pjesëmarrës.

Detyrat kryesore të zbatuesve:

- Zhvillimi i një marrëdhënieje besimi me pjesëmarrësin.
- Mbajtja e seancave sipas planifikimit të programit
- Plotësimi i planeve individuale në bashkëpunim me pjesëmarrësin.
- Mbledhja e vlerësimeve para dhe pas programit për çdo pjesëmarrës.
- Dokumentimi i progresit dhe identifikimi i rasteve që kërkojnë ndërhyrje të thelluar.
- Raportimi periodik te CCS.

ORIENTIMI NË KARRIERË – MENTORIM PËR ZHVILLIM PERSONAL DHE PROFESIONAL

Qëllimi

Të mbështesë pjesëmarrësit në identifikimin e objektivave të tyre afatshkurtra dhe afatgjata për zhvillimin profesional, përmes ndërthurjes së këshillimit me orientimin në karrierë dhe përgatitjes për sfidat reale të tregut të punës dhe arsimit.

Përbërësit kryesorë:

- **Ndërthurje e këshillimit me orientimin në karrierë:** zhvillimi i një marrëdhënieje mentorimi që përfshin mbështetje emocionale dhe planifikim profesional.
- **Vendosja e objektivave të personalizuar:** pjesëmarrësi punon me mentorin për të vendosur objektiva të matshme dhe të arritshme, si për edukimin ashtu edhe për punësimin.
- **Përgatitje për sfida reale:** përmes simulimeve praktike, diskutimeve për situata të jetës reale dhe role-playing, pjesëmarrësit përgatiten për intervista, komunikim profesional dhe përballimin e pasigurive në ambientet e punës ose arsimit.
-

AKTIVITETET KRYESORE:

- ✓ Seanca javore mentorimi (individuale ose në grup të vogël)
- ✓ Fletë pune për planifikimin e karrierës
- ✓ Ushtrime për vetëvlerësim dhe identifikim të aftësive
- ✓ Simulime të intervistave për punë
- ✓ Plan veprimi personal për 3 muaj

FLETA JAVORE E MENTORIMIT

Emri i pjesëmarrësit: _____

Data: _____

Mentori: _____

1. Temat e diskutuara:

2. Progresi nga java e kaluar:

3. Sfidat e hasura:

4. Objektivat për javën në vijim:

5. Komentet nga mentori:

FLETË PUNE PËR PLANIFIKIMIN E KARRIERËS

1. Cilat janë 3 gjërat që të pëlqen të bësh?

- _____
- _____
- _____

2. Cilat janë 3 aftësitë që ke dhe i përdor shpesh?

- _____
- _____
- _____

3. Cilat janë profesionet që të interesojnë?

- _____
- _____

4. Cilat janë hapat që duhet të ndjekësh për të arritur një nga këto profesione?



Funded by
the European Union

ARBETSFÖRMEDLINGEN
SWEDISH PUBLIC EMPLOYMENT SERVICE



AKPA
Agjencia Kombëtare e Punësimit dhe Aftësive

EU 4 Labour Market
Inclusion



USHTRIM VETËVLERËSIMI DHE IDENTIFIKIM AFTËSISH

1. Çfarë kam bërë më së miri në të kaluarën time?

2. Kur kam ndier më shumë besim tek vetja?

3. Tre pikat e mia të forta janë:

- ---
- ---
- ---

4. Dy fusha ku dua të përmirësohem:

- ---
- ---

5. Aftësi teknike që kam:

6. Aftësi të buta që kam:

SIMULIM INTERVISTE PUNE

Pozicioni për të cilin aplikoni: _____

Skenari i intervistës:

Pyetje të përdorura gjatë simulimit:

- Na thuaj diçka për veten.
- Pse mendon se je i/e përshtatshëm për këtë pozicion?
- Si e përballon një situatë të vështirë në punë?

Vlerësimi i përgjithshëm nga mentori:

PLAN VEPRIMI PERSONAL – 3 MUJOR

Objektivi profesional:

Muaji 1 – Objektiva:

Muaji 2 – Objektiva:

Muaji 3 – Objektiva:

Hapat konkretë për secilin muaj:

Mbështetja që më nevojitet:

Afatet dhe përgjegjësitë:

Data e rishikimit me mentorin: _____

WORKSHOP NË GRUP – MOTIVIM DHE EDUKIM PËR KARRIERËN

Titulli i workshop-it: _____

Data: _____

Pjesëmarrës: Grupi 10–12 persona

Qëllimi:

- Të nxisë motivimin dhe vetë-reflektimin për përgatitjen në tregun e punës.
- Të zhvillojë aftësi të komunikimit, vetëprezantimit dhe reagimit ndaj situatave reale të punës.

Aktivitetet e Workshop-it:

1. Diskutim i hapur:

- Çfarë do të thotë për ty "suksesi në karrierë"?
- Cilat janë pengesat më të mëdha që ndjen?

2. Role-playing (zgjedh 1 skenar):

- Skenar 1: Prezantimi para një grupi punëdhënësish
- Skenar 2: Kërkimi i ndihmës në një ambient pune të ri
- Skenar 3: Zgjidhja e një konflikti në vendin e punës

3. Simulim praktike:

- Zhvillimi i një elevator pitch (prezantim i vetes në 1 minutë)
- Përballimi i një pyetje të vështirë në intervistë

4. Reflektim në fund të workshop-it:

- Çfarë mësova sot që nuk e dija më parë?
- Çfarë do të provoj ndryshe javën që vjen?

Vlerësimi nga pjesëmarrësi:

Komente të mentorit/facilitatorit

MBËSHTETJE PËR TRANZICIONIN NË ARSIM OSE PUNË

Qëllimi: Të ndihmojë pjesëmarrësit gjatë kalimit nga faza e trajnimit në angazhim konkret arsimor ose punësim.

Komponentët kryesorë:

1. Ndihmë për aplikime dhe dokumentacion:

- Mbushje formularësh për regjistrim në arsim ose aplikim për punë
- Hartimi i një CV-je bazë dhe letër motivimi
- Mbështetje për kërkimin e vendeve të përshtatshme

2. Mbështetje gjatë regjistrimit në arsimin me kohë të pjesshme:

- Informim mbi opsionet arsimore të hapura
- Ndihmë për përzgjedhjen e institucionit të duhur
- Komunikim me institucionet arsimore për koordinim teknik dhe logjistik

3. Përgatitje emocionale për integrimin në një ambient të ri:

- Biseda individuale për të adresuar pasiguritë dhe frikërat
- Ushtrime për rritjen e vetëbesimit dhe përshtatjen sociale
- Planifikim paraprak i rutinës dhe menaxhimit të kohës

MATERIALE MBËSHTETËSE PËR NDIHMËN NË APLIKIME DHE DOKUMENTACION

1. Udhëzues për plotësimin e formularëve

- Hapi 1: Lexoni me kujdes udhëzimet e formularit
- Hapi 2: Sigurohuni që të keni informacionin bazë (emër, datëlindje, adresa, etj)
- Hapi 3: Plotësoni çdo fushë me të dhëna të sakta dhe përdorni shkronja të mëdha ku kërkohet
- Hapi 4: Kontrolloni gabimet para dorëzimit

2. Model CV-je Bazë

- Emri dhe mbiemri
- Informacioni i kontaktit
- Qëllimi profesional (opsionale)
- Edukimi
- Eksperienca e punës (nëse ka)
- Aftësi dhe trajnime

3. Model Letre Motivimi (shkurt) *Titulli: Letër motivimi për aplikim në pozicion ose program arsimor*

I nderuar/ e nderuar [Emri ose institucioni],

Jam i/e interesuar të aplikoj për [pozicioni ose programi], pasi besoj se kjo mundësi përputhet me qëllimet e mia profesionale dhe dëshirën për të përmirësuar jetën time përmes punës së ndershme dhe zhvillimit arsimor. Kam aftësi të mira ndërpersonale, jam i/e motivuar dhe i/e përkushtuar për të arritur qëllimet e mia.

Faleminderit për vëmendjen.

Me respekt, [Emri Mbiemri]

4. Fletë pune për kërkimin e vendeve të përshtatshme të punës ose arsimit

- Ku dëshiron të punosh/studiosh? _____
- Çfarë tipare duhet të ketë një vend pune/arsimor që të përputhet me ty?

- Cilat janë burimet që do përdorësh për të kërkuar? (portale online, zyra karriere, rrjete personale, etj.) _____
- Kur do të nisësh aplikimet? _____
- Me kë mund të kontaktosh për ndihmë? _____