

Deelname

Om deel te nemen aan het leerprogramma heb je een beschikking of indicatie van je gemeente nodig. Bijvoorbeeld individuele begeleiding, beschermd thuis of beschermd wonen.

De training vindt 8-10 weken lang op een afgesproken dag en tijd plaats.

We verwachten dat je je actief inspant zodat jij én de andere deelnemers tijdens de training tot de beste leerervaringen komen.

“Ik ben uitgeteld na een dag studie. Door de training weet ik waar ik goede huiswerkbegeleiding kan vinden, die bij *mij past*. Samen hebben we een programma samengesteld wat haalbaar is voor mij. Hierdoor hoop ik meer energie over te houden.”

Meer informatie

Wil je meer weten over de inhoud van de training of wil je een vrijblijvend oriënterend gesprek?

Stuur dan een e-mail naar: trainingenmetdewijk@metggz.nl.



TRAINING Scholing en werk

Versterk je zelfredzaamheid met de training Scholing en werk

In de groepstraining Scholing en werk ga je vanuit jouw persoonlijke leerwensen aan de slag. Je leert belangrijke kennis en vaardigheden om scholing of werk te krijgen of te behouden.

Doel

Het doel van deze training is dat je leert wat je nodig hebt om scholing of werk te krijgen of behouden.

Daarnaast kun je minimaal één vaardigheid (beter) toepassen die voor jou van belang is voor het krijgen of behouden van scholing of werk. Denk hierbij aan bijvoorbeeld het opdoen van zelfkennis, omgaan met werkgerelateerde social media of het verbeteren van je sociale vaardigheden.



Voor wie?

De training is bedoeld voor mensen die:

- zich willen oriënteren op het krijgen of behouden van werk: betaald werk, onbetaald werk of een arbeidsmatige activiteit;
- zich willen oriënteren op studie/werk;
- moeite hebben met het combineren van studie/werk en wonen.

Het is daarbij van belang dat je in groepsverband wilt en kunt leren, en dat je leerwensen tijdens de duur van de training te leren zijn.

Als jouw leerwensen of ondersteuningsbehoeften niet passen binnen deze trainingsvorm, dan kunnen wij je natuurlijk ook andere begeleiding bieden.

Hoe

De training wordt in een groep gegeven.

Voorafgaand aan de training ontvang je een leerwensenformulier. Op dit formulier geef je één (en maximaal drie) persoonlijke zaken aan die je wilt leren tijdens de training.

Als je nog geen begeleiding ontvangt van MET ggz of MET de wijk, krijg je een korte intake met de trainer. Als je nog geen begeleiding ontvangt, is een beschikking of indicatie nodig.

“Ik had wel werk, maar ik was er niet gelukkig. Hierdoor had ik steeds minder zin om naar mijn werk te gaan. In de training kwam ik erachter dat mijn *passie en kwaliteiten* ergens anders liggen. Ik ben nu een cursus aan het volgen en hoop daar binnenkort werk in te vinden.”

Vaardigheden

De volgende vaardigheden kun je trainen:

- Zelfkennis: waar liggen mijn kwaliteiten en wat zijn mijn beperkingen
- Het vinden van passend werk of een passende opleiding
- Solliciteren
- Gemotiveerd zijn of blijven
- Sociale vaardigheden: bijvoorbeeld grenzen aangeven op werk of opleiding.
- Wat vertel je wel en wat niet op het werk of de opleiding
- Stress op het werk
- Omgaan met werkgerelateerde social media
- Omgaan met problemen op het werk / de opleiding

“Ik ben niet zo goed in het *voeren van gesprekken* met mijn collega's en daardoor viel ik buiten de boot. In de training heb ik geleerd hoe ik, zonder teveel in te gaan op privézaken, toch met hun in gesprek kan gaan. Mijn collega's begrijpen mij nu beter en ik voel me meer gewaardeerd op de werkvloer.”