PSÜHHOSOTSIAALSE TASAKAALU NIMESTIK

LISA 2

1. **Elulugu**

Isiklik informatsioon: < Lisa 1: esmane vestlus>

Varasem olukord vs praegune olukord vs olukord tulevikus

Märkus: Kuna paljudel juhtudel koolitatav ei tea, millest alustada, siis on soovitav järgida ning täita all toodud tabelit. Selliselt suudab koolitatav määratleda oma varasema ja praeguse olukorra, samuti oma tuleviku väljavaated. Soovitav on ette valmistada 10 kaarti võtmepädevuste kohta ning asetada need lauale. Seejärel valib koolitatav ükshaaval kaardid ning kirjeldab nende abil valitud oskust oma endisest ja praegusest olukorrast lähtudes, otsustades, kas ta soovib seda oskust tulevikus täiendada. Koolitatavat tuleks julgustada tooma näiteid.

Viimases veerus määratleb iga koolitatav, milliseid oskusi nad tahavad arendada oma tuleviku väljavaadetest lähtudes, kujundades oma elu ja tegevuskava eesmärkide saavutamiseks. <Vaata soovitatavat tabelit allpool. >

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Milline ma olin? | Milline ma olen? | Milline ma soovin olla? |
| Töötamine ja haridus |  |  |  |
| Sotsiaalsed ja enesekohased oskused |  |  |  |

**Tavaline nädala ajakava**

Märkus: Eesmärgiks on planeerida koolitatava ajakasutus, näita talle vajadusel, kuidas otstarbekalt aega kasutada. Kasulik võib olla ka anda koolitatavale tühi nädala ajakava ning paluda tal see täita, et selgitada, mida ta tavaliselt teeb. Kui rutiinsed tegevused on kirja pandud, on lihtsam abistada koolitatavat töölemineku suunal liikumisel. Lisaks aitab see tegevus kaasa ajajuhtimisele ning toetab kutse- ja tööalast õpe/juhendamist ja arengut. <Vaata ajakava näidist. >

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ESMASPÄEV | TEISIPÄEV | KOLMAPÄEV | NELJAPÄEV | REEDE | LAUPÄEV | PÜHAPÄEV |
| 7:00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 8:00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 9:00 |  |  |  |  |  | Treening ja jalgpalli mäng |  |
| 10:00 | Vaatan telekat | Arvutikursus | Lähen raamatukokku internetti kasutama | Arvutikursus | Aitan toidu  valmistamisega |  |
| 11:00 | Lähen välja jalutama |
| 12:00 |
| 13:00 | Aitan koduste töödega | | | | |
| 14:00 | LÕUNASÖÖK | | | | | | |
| 15:00 | Vaatan telekat | Vaatan telekat | | | | | Vaatan jalgpalli |
| 16:00 |
| 17:00 | Aiatööd | Vaatan telekat | Lähen raamatukokku internetti kasutama | Lähen välja jalutama | Vaatan jalgpalli mängu |
| 18:00 | Jalgpalli ring 9-10 aasta vanuste lastega | Jalgpalli ring 9-10 aasta vanuste lastega |
| 19:00 |
| 20:00 | Kodu | Kodu |
| 21:00 |
| 22:00 | ÕHTUSÖÖK | | | | ÕHTUSÖÖK |
| 23:00 | Vaatan telekat | | | | ÕHTUSÖÖK |  |
| 0:00 |  |  |  |  |  |  |
| 1:00 |  |  |  |  |  |  |  |

**2. Haridus**

Märkus: Kirjeldada tuleks kõik hariduskogemused varasemaist hiliseimani, kuigi võib olla, et osasid kursuseid ei saa asjakohaselt dokumenteerida (nt puuduvad dokumendid). Igal juhul on kõige olulisem aidata koolitataval määratleda erinevad ülesanded, mida ta on võimeline täitma, samuti oskused, mis tal olemas on. <Vaata hariduse tabelit. >

|  |  |
| --- | --- |
| Kvalifikatsioon | Põhikool |
| Keskus | C.E.I.P Antonio Allúe Morer. |
| Kestus | 1997-2004. |
| Oskused | Vastavalt haridusastmele |
|  | |
| Kvalifikatsioon | Kohustulik haridus. |
| Keskus | Centro Educativo Especial nº1. |
| Kestus | 2004-2007. |
| Oskused | Vastavalt haridusastmele |
|  | |
| Kvalifikatsioon | Täiskasvanuks olemise programmi üleminek. |
| Keskus | Centro Educativo Especial nº1. |
| Kestus | 2007-2010. |
| Oskused | Vastavalt haridusastmele |
|  | |
| Kvalifikatsioon | Aianduse kursus |
| Keskus | Horizon. Finca Pino. |
| Kestus | 2009-2010 (September-Mai). Koolitus jäi pooleli. |
| Oskused | Lillepeenra puhastamine, niitmine, umbrohu eemaldamine, aia ümber kujundamine, istutamine, niisutussüsteemi vahetamine, loodide lisamine, kraavide kaevamine... |
|  | |
| Kvalifaiktsioon | Sissejuhatav Kutsekvalifikatsiooni Programm: Floristi assistent |
| Keskus | Centro Especial nº1. |
| Kestus | 2011-2014. |
| Oskused | Erinevate lillekimpude koostamine (ringsete bukettide, keskse esemega jt), kuluarvestus, lillede pakkimine, kärpimine, taimete istutamine, kastmine, märkmete tegemine, veevärgiga seotud ülesannete täitmine...  Matemaatika, ajalugu, sotsiaalteaduste ained. |
|  | |
| Kvalifikatsioon | Noorte garantii programm |
| Keskus | Intras Sihtasutus. |
| Kestus | Märts 2016- tänaseni. |
| Oskused | * + - Andmete ja dokumentide digitaliseerimine: skännimine, Wordi programmi panemine, kaustadesse panemine, salvestamine, masinakiri…     - Puhastuskoolitus: Puhastamine ja tööriskide ennetamine.     - Algne MTB rataste hooldus: pidurite reguleerimine, piduriklotside vahetamine (märts-mai 2016).     - Ratta mehaanika baaskursus Decathlon-is: parandamine, hooldus ja puhastamine (mai 2016).     - Aianduse koolitus: aedade puhastamine, külvamine, niisutussüsteemide paigaldamine. |
|  | |
| Kvalifikatsioon | Mööbli puhastamise koolitusmoodul. |
| Keskus | Foremcyl. |
| Kestus | 30 tundi. Juuni 2016. |
| Oskused | Õigete materjalide ja puhastusvahendite valimine igale pinnale või mööblile. Erinevate pindade puhastamise ja töötlemise oskused. Mööbli konditsioneerimise oskused. Põhjalik klaasi puhastus sobivate materjalidega. |

Tuleviku väljavaated

Märkus: See on suurepärane võimalus koolitatava ootuste väljaselgitamiseks. Kui nad on teadlikud oma koolituskogemusest, on aeg küsida küsimusi nagu “Mida sa nüüd tahad teha?”. Selle informatsiooni põhjal on soovitav kaaluda erinevaid tööturu-profiile, mis sobiksid koolitatava ootustega ning millest võiks alustada. <Vaata soovitatavat ootuste tabelit. >

|  |  |
| --- | --- |
| Soovitud koolitused | Jalgpalli kohtunik. |
| Jalgpalliklubi Championship treener. |
| Aianduse kursus. |
| Aiakujunduse kursus. |

**3. Kogemus**

Märkus: Sama protsessi peaks järgima soovitatava töökogemuse planeerimisel . Hispaanias on ametlik dokument, nimetusega ‘Tööelu aruanne’ (Eestis töötajate register või varasemalt tööraamat), mis sisaldab infot, millele tugineda järgneva osa täitmisel. <Vaata soovitatava töökogemuse tabelit. >

|  |  |
| --- | --- |
| Ametikoht | Puhastusoperaator. |
| Ettevõte | Artmo Bene S.L. |
| Kestus | 6 tundi. |
| Leping | Töö koos tugiteenustega |
| Roll | Ehitise klaaside ja korruste puhastamine. |
| Palk | Sõltub kokkuleppest. |
|  | |
| Ametikoht | Taimekooli, aia ja aianduse keskuse assistent praktika ajal. |
| Ettevõte | Viveros Rabadán y Calleja |
| Kestus | 1 kuu (4 tundi nädalas). |
| Leping | Praktikaleping. |
| Roll | Kasvuhoone taimede kärpimine, taimede konditsioneerimine, seemnepeenarde viimistlemine, rohimine, töökoha ja töövahendite hindamine ja korrastamine. |
| Palk | Ilma tasuta |
|  | |
| Ametikoht | Puhastusassistent praktika ajal. |
| Ettevõte | Artmo Bene S.L. |
| Kestus | 2 kuud (2 tundi nädalas). |
| Leping | Praktikaleping. |
| Roll | Erinevate pindade ja kontorimööbli puhastamine, iga töökoha jaoks sobivate puhastustoodete valimine, nende puhastamise eest vastutamine, klientide vajaduste ees hoolitsemine. |
| Töötasu | Ilma tasuta |
|  | |
| Ametikoht | Puhastusteenuste assistent. |
| Ettevõte | Aramark. |
| Kestus | 3 kuud, (4 tundi nädalas). |
| Leping | Töö ja teenused. |
| Roll | Köögi töövahendite ja pindade puhastamine. |
| Töötasu | 85-90€ / kuus. |

Tuleviku väljavaated

Vihje: See on hea võimalus määratleda koolitatava ootused tema töökogemusega seotult. Kui nad on teadlikud oma senistest saavutustest, mida nad tahaksid nüüd teha? See võib samuti olla hea võimalus rääkida karjääri võimalustest ning realistlike töö-ootuste tagasisidestamiseks. Vältima peaks selliseid üldsõnalisi vastuseid nagu “soovin raha teenida” ja “soovin ärimees olla”.

**4. Võrgustikud**

Koolitatava kohta rohkema info omamiseks on vaja teada erinevaid võrgustikke, millesse ta kuulub, mida toetab jne.

Spetsialistil peab olema koolitatavaga lähedane suhe, et hakata tema sotsiaalset võrgustikku määratlema. See on täiendav info varem kogutud andmetele ja sellel võib olla koolitatava sotsiaalsel integreerimisel otsustav roll. Eriti tähtis on rääkida erinevatest võimalikest lepingutest, sagedasti külastatud kohtadest, lähedastest, kes võivad neid aidata, sõpradest, tuttavatest jne.

Vihje: Visuaalsem viis selleks tegevuseks on toetuda mõistekaardile, mis koostatakse spetsialisti poolt koos koolitatavaga. Koolitatav määratleb enda kohta käivad kontaktid valdkondade kaupa ning lisab iga mõiste juurde informatsiooni. <Vaata võrgustiku näidet. >

|  |  |
| --- | --- |
| Kontaktid koolituskeskusest | * + Finca el Pino: José Ignacio, taimekooli juhataja.   + Centro Especial Número Uno: Toña, Rosí ja mõned teised kolleegid.   + INTRAS Sihtasutus: José and Pablo. |
| Õppepraktika erinevates ettevõtetes | * + Finca el Pino.   + Aianduskeskus, läks sinna uuesti õppima.   + Flores Mary Floristry, kandideeris sinna tööle, andis neile oma CV koopia.   + Personas Sihtasutus with Begoña.   + Viveros Rabadán y Calleja: Sergio. |
| Kontaktid firmades, kus koolitatav on varem töötanud. | * + Aramark: Alicia, Rebeca (intervjueerija) ja kaastöötajad.   + Artmo Bene: Laura and Pablo. |
| Vabatahtlik töö: | * + Betis Club: Jean Pau, Jose, Kike (spordidirektor), Carlos (vastutav pigi puhastamise eest). |
| Sugulased, kes töötavad ettevõtjatena või suurtes firmades | * + *Isa* on pensionil, töötas müürsepana*.*   + *David* (30-aastane vanem vend) töötab töötoas Delicias’ kogukonnas ja tal on püsileping. *Juan Carlos* (24-26-aastane, neljas vend kuues lapsest) töötab müügimehena Bolsas JB-s (Argales Industrial Estate) |
| Sagedasti kasutatavad avalikud ressursid | * + Canterac kogukonnakeskus.   + Mängivad videomänge või otsivad internetis töövahetusi Matadero noortekeskuses. |
| Praegused huvid | * + Mängib jalgpalli Acera Recoletos 10-11-aastaste lastega.   + Koolitus Betis jalgpalliklubis.   + Aiandus. |
| Sotsiaalmeedia | * + WhatsApp, Facebook, Twitter. |