

„SAVĒS PAŽINIMO STOVYKLOS“ DARBOTVARKĒ

I diena

Laikas	Tema
9:00 - 9:10	„Savęs pažinimo stovyklos“ projekto pristatymas
9:10 - 9:40	Susipažinimas ir dalyvių prisistatymas
9:40 - 9:45	Grupės pasiruošimas darbam (grupės taisyklių kūrimas)
9:45 - 9:55	Grupės lūkesčių išsiaiškinimas. Lūkesčių medžio piešimas
9:55 - 10:30	Profesinių interesų nustatymas. Testo pildymas ir aptarimas
10:30 - 10:40	Pertrauka
10:40 - 11:10	Darbo vertybių nustatymas. Testo pildymas ir aptarimas
11:10 - 11:50	Mano gebėjimai ir gabumai. Testo pildymas ir aptarimas
11:50 - 12:00	Užsiėmimo pabaiga/aptarimas

II diena

Laikas	Tema
9:00 - 9:10	Užsiėmimo pradžia, pirmos dienos užsiėmimo aptarimas
9:10 - 9:20	Žaidimas „Grupės tinklas“, skirtas padėti grupės dalyviams geriau pažinti vienas kitą
9:20 - 10:20	Praktinė - kūrybinė užduotis skirta padėti pažinti save „Koks aš esu?“, „Kokį mane mato kiti?“ ir „Kokiu aš norėčiau būti?“
10:20 - 10:25	Pertrauka
10:25 - 10:35	Grupės komandinio darbo stiprinimo žaidimas „Dvikojės kėdės“
10:35 - 11:55	Video pratybos „Viešasis kalbėjimas“/„Grupės vaidinimas“
11:55 - 12:00	Užsiėmimo pabaiga/aptarimas

III diena

Laikas	Tema
9:00 - 9:10	Užsiėmimo pradžia, antros dienos užsiėmimo aptarimas
9:10 - 9:20	Žaidimas „Lietus“
9:20 - 10:00	Stresas ir neigiamų emocijų valdymas
10:00 - 10:10	Pertrauka
10:10 - 10:50	Praktinė užduotis, skirta inovatyvių bei kūrybiškų sprendimų ieškojimui ir komandinio darbo stiprinimui „Zefyro iššūkis“
10:50 - 11:10	Mano karjeros plano rengimas
11:10 - 11:40	Praktinė užduotis, skirta pasitikėjimo savimi pastiprinimui
11:40 - 11:50	Užsiėmimo pabaiga/aptarimas. Dalyvių lūkesčių prieš ir po projekto aptarimas
11:50 - 12:00	Įvertinimo anketų pildymas