



Pannon Egyetem

Karrier- és Hallgatói Szolgáltatóközpont

A küldetésünk TE vagy!



A küldetésünk TE vagy!

Legfőbb célkitűzésünk, hogy megtaláld a benned és a környezetben rejlő **lehetőségeket, erőforrásokat**, hogy képessé válj tudatos életpályát tervezni magadnak, ahol a gyengeségből erősség, a bizonytalanságból pedig biztos tudás születik majd.

Szolgáltatásaink röviden

01

Ügyfélszolgálat

02

Tanácsadás

03

Tréningek

04

Állásajánlatok

05

**Pszichológiai
támogatás**

06

Egyéb





Ügyfélszolgálat

Hallgatói ügyek

Hamarosan chat-bot



Hallgatói ügyek

<https://tudastar.uni-pannon.hu/shelves/hallgatoi-ugyek>



Panasz bejelentés

<https://start.uni-pannon.hu/panasz-kezeles>

E-mail cím

karrierkozpont@uni-pannon.hu

Telefon

+36 30 592 - 5464

Helyszín

„E” épület első emelet 122-es iroda

Hatékony tanulás támogatása

Tanulásszervezési módszerek
alkalmazása, önmotiválás, vizsgastressz
kezelése

01

02

03

04

Coaching

Karrier témák, magánéleti
elakadások, életvezetési
nehézségek, konfliktusok

Tanácsadás

Karriertanácsadás

Döntési helyzetek megkönnyítése,
lehetőségek feltérképezése, jövő
tervezése

CV tanácsadás

Önéletrajz átnézése,
megírásának támogatása,
önismeret fejlesztése

Bejelentkezés

karriertanacsadas@uni-pannon.hu

Tréningek



Lelki egészség

Soft skill

Önismeret
Vizsgaszorongás-oldó tréning
Stresszkezelés
Szorongáscsökkentő módszerek,
relaxációs gyakorlatok

Asszertív kommunikáció
Konfliktuskezelés
Időgazdálkodás
Önkifejezés, önérvényesítés,
kapcsolatépítés, hatékonyság

01

Állásinterjú felkészítők
Önéletrajz készítés
Gyakorlati tanácsok,
interjúkérdések elemzése,
szimulált interjúk

02

03

Prezentációs technikák
Projektmenedzsment
Üzleti etikett
Hatékonyság, kommunikáció

04

Munkaerőpiaci

Karrier Kredit

Szerezz **3 szabadon választható kreditet** a különböző kompetenciafejlesztő programokkal!



Részletek

<https://karrierkredit.uni-pannon.hu/>

Szakmai tartalmak, cikkek

Karrier - Munka világa



Mit tanulhatunk a légikatasztrófákból az üzleti világban?



Munkaerőpiaci preferenciák 2023



Hogyan készül a bértárgyalásra a gyártó szektorban?

Elérhető itt:

karrierkozpont.uni-pannon.hu/szakmai-tartalmak/szakmai-cikkek

START karrierfüzet

Lépj felkészülten a munkaerő-piacra! A START Karrierfüzet segít neked karriered elindításában azáltal, hogy átfogó ismeretet nyújt a munkakeresés folyamatáról, az állásinterjú és a munkavállalás témákban.

Letöltés

LELKI EGÉSZSÉG KÉZIKÖNYV

Tegyél a lelki egészségedért még ma! Töltsd le a munkafüzetet és gazdagodj 75+25 tippel, gyakorlattal, melyek hozzásegíthetnek téged egy hatékonyabb és kiegyensúlyozottabb élethez!

Letöltés

Lelki egészség - Párkapcsolat - Önismeret



Hogyan küzdj meg a magányosság érzésével?

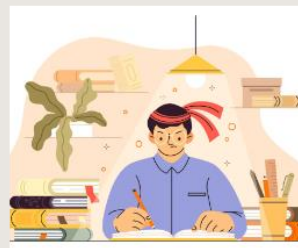


Leválás a szülőkről



Többszörös intelligencia - Mindenki tehetséges valamiben

Tanulás - Önfejlesztés



Tanulásmódszertani technikák 2. rész



Hogyan urald az időt?

Állásajánlatok



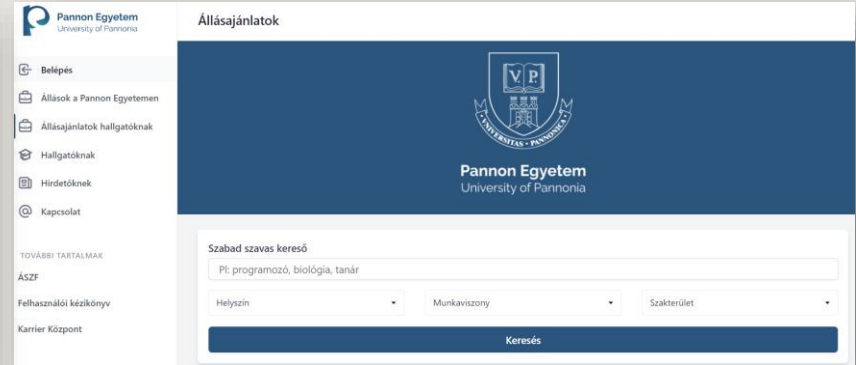
Állásbörze

<https://pannon-allasborze.hu/>



Állásportál

<https://karrier.uni-pannon.hu/allasajanlatok>



Október 21. gyakorlati helyek, állások,
előadások, nyeremények, fotózás, tanácsadások



Pszichológiai támogatás

Keretek

A Pannon Egyetem aktív hallgatói számára a tanácsadás igénybevétele adott tanévben 1-10 alkalommal **ingyenes**.
Egy alkalom **50 perces**.

Előzetes időpont egyeztetés alapján a beszélgetés négy szemközt, titoktartási kötelezettség mellett zajlik.

Bejelentkezés

mentalhigiene@uni-pannon.hu

Levelében kérlek add meg nekünk:

- Neved, életkorod
- Elérhetőséged: telefonszám, e-mail cím
- A témád, a problémád rövid ismertetése
- Milyen formában igényelnéd a konzultációt, személyesen vagy online?
- Mely időpontok lennének számodra a legalkalmasabbak?



Lelki Egészség Világnapi Konferencia – október 8.



LELKI EGÉSZSÉG VILÁGNAP

Kapcsolatban önmagunkkal és másokkal

Konferencia és workshop a Karrier- és Hallgatói Szolgáltatóközpont szervezésében



Kozma-Vízkeleti Dániel
Család-pszichoterapeuta



Bogár Zsuzsa
Tanácsadó szakpszichológus,
Pár- és családterapeuta



Csíki Anna
Párkapcsolati coach,
Családállító



Bagdi Bella
Pszichológus,
mindfulness tanár



Quirin Ágnes
Kiképző művészetterapeuta



Viczián Zoltán
Jógaoktató

10.08

Egyéb szolgáltatások



Végzős fotózás



Látásvizsgálat



Elérhetőségeink

Telefon +36 30 592 - 5464

Helyszín „E” épület 122-es iroda

EMAIL karrierkozpont@uni-pannon.hu

Bejelentkezés pszichológushoz:
mentalhigiene@uni-pannon.hu

Bejelentkezés tanácsadásra:
karriertanacsadas@uni-pannon.hu



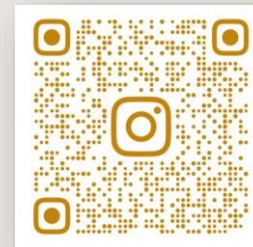
Honlap

karrierkozpont.uni-pannon.hu



Facebook oldal

facebook.com/pannonkarrier



Instagram

[@PE_KHSZK](https://www.instagram.com/PE_KHSZK)

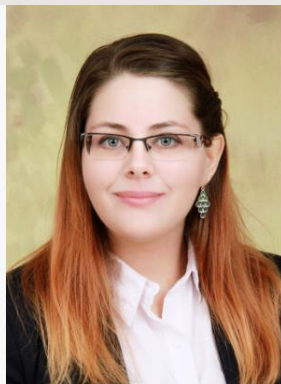
Munkatársaink



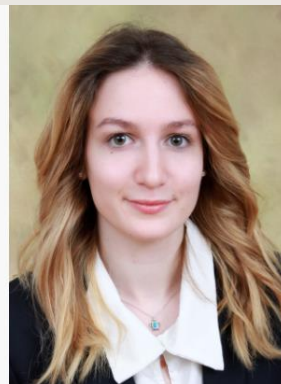
Egyed Ildikó
Vezetés



Kiglics Krisztina



Hegedűs Ágnes



Betlehem Dorka

Ügyfélszolgálat
kommunikáció



Véghegyi Anna



Gellén Dorina



Szeili Katalin

Pszichológiai
támogatás