

„AUTOPREZENTACJA W SYTUACJI POSZUKIWANIA PRACY”

Proponowany przez nas projekt ma na celu przygotowanie pracowników do profesjonalnej autoprezentacji w trakcie procesów rekrutacyjnych.

CELE SZKOLENIA:

- dostarczenie wiedzy i rozwijanie umiejętności tworzenia wiarygodnego własnego wizerunku
- poznanie taktyk autoprezentacyjnych
- poznanie aktywnych metod poszukiwania pracy
- nauka pisania cv oraz listów motywacyjnych
- doskonałe umiejętności prowadzenia rozmów kwalifikacyjnych z potencjalnym pracodawcą
- określenie swoich mocnych stron i obszarów do doskonalenia się

METODA SZKOLENIOWA

Wszyscy uczestnicy szkoleń otrzymują **komplet materiałów dydaktycznych** w formie podręcznikowej, stanowiący użyteczne narzędzie zarówno w trakcie zajęć szkoleniowych, jak i w późniejszym poszukiwaniu pracy:

- **Odniesienie do praktycznych doświadczeń** – uczestnicy szkolenia dzielą się swoimi dotychczasowymi doświadczeniami w omawianym zakresie.
- **Przekazywanie niezbędnej wiedzy** – uczestnicy szkolenia, otrzymują krótkie fragmenty teorii niezbędne do zrozumienia i zastosowania umiejętności zdobywanych w trakcie szkolenia

- **Uczenie w praktyce** – uczestnicy stosują poznane modele działania w praktycznych ćwiczeniach, takich jak praca indywidualna, praca w parach, prezentacje multimedialne, dyskusje, odgrywanie ról.
- **Rzetelna ocena** - rezultaty ćwiczeń są oceniane i każdorazowo komentowane przez trenera.

PROGRAM SZKOLENIA

„AUTOPREZENTACJA W SYTUACJI POSZUKIWANIA PRACY”

DZIEŃ 1

PROGRAM	TREŚĆ SZKOLENIA	METODA
Zasady budowania wiarygodnego wizerunku	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Co to jest własny wizerunek ? ▪ Rola wizerunku w życiu zawodowym i publicznym ▪ Tworzenie wizerunku zawodowego 	prezentacja, praca indywidualna
Pozytywna autoprezentacja w kontaktach zawodowych	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Taktyki i strategie autoprezentacyjne ▪ Elementy mające znaczenie w kreowaniu pozytywnego wizerunku: pierwsze wrażenie, ubiór, przywitanie, kontakt wzrokowy, gestykulacja 	prezentacja, ćwiczenie
Komunikacja w autoprezentacji	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Komunikacja werbalna i niewerbalna ▪ Techniki budowania kontaktu (pacing, parafrazowanie, aktywne słuchanie) 	warsztat
Niepożądane wrażenie czyli jak ratować twarz ?	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Przepraszanie a tłumaczenie się 	praca w parach
Zdobywanie sympatii innych ludzi	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Metody wzbudzania sympatii innych ludzi 	prezentacja, ćwiczenie

DZIEŃ 2

„Ja” w autoprezentacji czyli samopoznanie	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bilans kompetencji 	ćwiczenie
Metody aktywnego poszukiwania pracy	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Gdzie szukać ofert czyli jawny i ukryty rynek pracy ▪ Ogłoszenia prasowe, firmy doradztwa personalnego, serwisy internetowe, bezpośredni kontakt z firmami, metody nieformalne 	prezentacja
Przygotowywanie dokumentów aplikacyjnych	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Zasady pisania CV i listu motywacyjnego 	prezentacja, praca indywidualna
Rodzaje rozmów kwalifikacyjnych	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Jak może wyglądać rozmowa kwalifikacyjna? Wywiad zawodowy, wywiad kompetencyjny, wywiad stresujący ▪ Jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej? 	prezentacja, praca indywidualna
Dodatkowe metody selekcji	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Testy psychologiczne, zadania symulacyjne, Assessment Centre 	prezentacja
Jak radzić sobie ze stresem?	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sposoby relaksacji 	warsztat