

# **„Autoprezentacja - wywieranie pierwszego wrażenia” .Zajęcia beneficjentów projektu**

W ramach projektu „OHP jako realizator usług rynku pracy” współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego w dniu 02.03.2011 r. odbyło się spotkanie beneficjentów projektu z doradcą zawodowym z Młodzieżowego Centrum Kariery. Zajęcia dotyczyły autoprezentacji, czyli wywieraniu pierwszego wrażenia. Spotkanie miało na celu przygotowanie maturzystów do zbliżających się egzaminów ustnych i rozmów z pracodawcami. Zebrany przedstawiono najważniejsze informacje na temat sztuki występów publicznych, efektywności zapamiętywania, mimiki twarzy, postawy, mowy ciała, rodzajów występów i sposobie prawidłowej wymowy. Uczestnicy przy pomocy doradcy zawodowego odpowiedzieli na nurtujące ich pytania: Co to jest autoprezentacja? Jakie elementy składają się na ich wizerunek? W jaki sposób zapanować nad stresem przed wystąpieniem publicznym? Jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej? Zajęcia zakończyły się rozdaniem zaświadczeń „Aktywny absolwent na rynku pracy”.

Tekst i foto: Barbara Frankowska, doradca zawodowy – stażysta

Tekst i foto: Barbara Frankowska, doradca zawodowy – stażysta