

Wykaz porad grupowych prowadzonych w Powiatowym Urzędzie Pracy w Przemyślu - II kwartał 2024 r.

Iwona Kurcz-Krawiec Data publikacji: 18.03.2024

Lp.	Nazwa	Zakres	Termin realizacji	Charakterystyka uczestników
1.	Autoprezentacja w aktywnym poszukiwaniu pracy	- znaczenie autoprezentacji w aktywnym poszukiwaniu pracy - sztuka mówienia - komunikacja pozawerbalna - savoir vivre	10.04.2024 r.	Osoby zainteresowane tematem Porada w formie ON-LINE Zapisy u doradcy zawodowego: jlorenowicz@przemysl.praca.gov.pl mstankiewicz@przemysl.praca.gov.pl 16 676 00 85 786 813 758
2.	Kompetencje cyfrowe w poszukiwaniu pracy	- umiejętność korzystania z informacji i danych - komunikacja i współpraca - tworzenie treści cyfrowych - bezpieczeństwo - rozwiązywanie problemów - umiejętność oceny własnych kompetencji cyfrowych i gotowość do ich uzupełniania	17.04.2024 r.	jak wyżej
3.	Do pracy – za granicę	- jak szukać pracy za granicą - co trzeba zrobić przed wyjazdem - zasiłek transferowy - handel ludźmi i zagrożenia	24.04.2024 r.	jak wyżej
4.	Trening motywacyjny	- umiejętność wyrażania potrzeb i emocji - umiejętność mówienia o swoich wymaganiach i oczekiwaniach - sposoby radzenia sobie z krytyką, manipulacją i opiniami innych - wzmacnianie pozytywnej samooceny - budowanie pozytywnych relacji z innymi ludźmi	08.05.2024 r.	jak wyżej
5.	Kompetencje cyfrowe w poszukiwaniu pracy	- umiejętność korzystania z informacji i danych - komunikacja i współpraca - tworzenie treści cyfrowych - bezpieczeństwo - rozwiązywanie problemów - umiejętność oceny własnych kompetencji cyfrowych i gotowość do ich uzupełniania	15.05.2024 r.	jak wyżej
6.	Budowanie poczucia wartości	- czym jest poczucie własnej wartości - samoakceptacja - kompleksy - wpływ samooceny na relacje z innymi ludźmi - zwiększenie pewności siebie - trwałe budowanie poczucia własnej wartości	22.05.2024 r.	Osoby zainteresowane tematem Porada w formie ON-LINE Zapisy u doradcy zawodowego: jlorenowicz@przemysl.praca.gov.pl mstankiewicz@przemysl.praca.gov.pl 16 676 00 85 786 813 758
7.	Techniki opanowywania stresu w rozmowie z pracodawcą	- typy i definicje stresu - techniki opanowywania stresu - rozmowa z pracodawcą	29.05.2024 r.	jak wyżej
8.	Sporządzanie dokumentów aplikacyjnych	- życiorys zawodowy - list motywacyjny - konto w serwisie LinkedIn , GoldenLine	05.06.2024 r.	jak wyżej
9.	Przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej	- wiedza o sobie - rekrutacja, selekcja kandydatów - analiza najczęściej zadawanych pytań - pytania behawioralne - niedozwolone pytania rekrutacyjne - rozmowa telefoniczna - przebieg rozmowy z pracodawcą	12.06.2024 r.	jak wyżej
10.	Jednoosobowa działalność gospodarcza	- predyspozycje do samozatrudnienia - uzyskiwanie wsparcia finansowego - rejestracja firmy	19.06.2024 r.	jak wyżej

Stanowiska odpowiedzialne za organizację grup: doradca klienta, doradca zawodowy

Przemyśl, dnia 29.02.2024 r.

Załączniki

[Wykaz porad grupowych II kwartał 2024.docx \(docx, 132 KB\)](#)