

ZADBAJ O KARIERĘ

A NIE TYLKO SWOJĄ PRACĘ. ŚWIADOMIE. MĄDRZE.
KONCENTRUJĄC SIĘ NA TYM, CO WAŻNE I CO PRZYNOSI EFEKTY.

Chcesz **rozwijać** siebie i karierę, a Twoje wysiłki nie zawsze przynoszą efekty? Chwilami tracisz poczucie **sensu** tego, co robisz? Chcesz widzieć postępy, a masz dość presji i stresu?

W programie **ZADBAJ O KARIERĘ** skupisz się na tym, co ważne i co przynosi rezultaty, a odpuścisz to, co nieistotne. Wypracujesz skuteczne i autentyczne metody działania i wpływu na innych oraz rozwiązywania problemów. Zadbasz też o siebie, by mieć lepsze wyniki długofalowo.

W programie będziesz mogła przejść przez **5 etapów**, które pozwolą Ci z większą pewnością i efektywniej osiągać zawodowe cele - by Twoja kariera przynosiła Ci więcej radości, rozwoju i rezultatów, jakich chcesz. W harmonii z resztą Twojego życia.

- 1) **ETAP: Projektujesz** - określisz krótko i długoterminowe cele Twojej kariery. Jak się to ma do tego, co uwielbiasz robić i co przynosi Ci radość? Co jest dla Ciebie ważne, jakie są Twoje mocne strony i w którą stronę masz ochotę się rozwijać?
- 2) **ETAP: Rozwijasz się** - poznasz 3 kluczowe aspekty wpływające na rozwój Twojej kariery (performance, image, exposure); określisz, czego chcesz się nauczyć, jakie kompetencje rozwinać, aby dotrzeć tam, gdzie chcesz. Stworzysz plan rozwoju i wcielisz go w życie.
- 3) **ETAP: Wzmacniasz relacje** - do sukcesu w karierze mocne relacje i sieć kontaktów są niezbędne. Tutaj będziesz mogła rozwinać umiejętności poruszania się w świecie biznesowej czy korporacyjnej "polityki" i przełamać bariery w budowaniu i korzystaniu z relacji.
- 4) **ETAP: Budujesz swoją pozycję** - to, jak postrzegają Cię inni ma ogromny wpływ na efekty, które osiągasz. Rozwiniesz samoświadomość, a także zdecydujesz, kim chcesz być i jak chcesz się prezentować - by być sobą i z pewnością siebie wywierać wpływ.
- 5) **ETAP: Dbasz o siebie** - kariera to nie sprint, to maraton. Do tego, aby poczuć szczęście i satysfakcję, odpowiednie rozłożenie sił jest bardzo ważne. Będziesz mogła nauczyć się odczytywać wczesne oznaki stresu i odpowiednio na nie reagować. Zauważysz, jak rozkłada się Twoja energia, by odpowiednio nią zarządzać. Zadbasz o siebie, by czuć się lepiej i mieć lepsze wyniki długofalowo.

CO OTRZYMUJESZ W PROGRAMIE **ZADBAJ O KARIERĘ:**

- **1** bezpłatną, niezobowiązującą sesję konsultacyjną z informacją zwrotną od coacha, po której podejmiesz decyzję, czy ten program jest dla Ciebie;
- **5** lub **8** sesji coachingowych (60 minut każda) z certyfikowanym coachem kariery (**ACC ICF**) i menedżerem HR;
- narzędzia wspierające proces Twojego rozwoju przed i po każdej sesji;
- nielimitowane wsparcie mailowe coacha w trakcie trwania programu.

PAKIET MIDI	PAKIET MAXI
pakiet z 5 sesjami coachingowymi, do wykorzystania przez 6 miesięcy	pakiet z 8 sesjami coachingowymi, do wykorzystania przez 10 miesięcy
spotkania osobiste lub online - 950 PLN	spotkania osobiste lub online -1500 PLN

PAKIET VIP

To program specjalny, dedykowany kobietom, które chcą wprowadzić dużą zmianę w swoim zawodowym życiu i zobaczyć efekty już po pierwszym spotkaniu.

Rozpoczynamy **4-godzinny** ***SPOTKANIEM VIP***, na którym wypracujesz jasny obraz Twojego celu, uwzględniając Twoje mocne strony, pasje i to, co dla Ciebie ważne. Wzrośnie Twoja chęć do działania, a plan, który przygotujesz na spotkaniu, będziesz gotowa wcielić w życie.

Po ***SPOTKANIU VIP*** otrzymasz wszystkie elementy **PAKIETU MAXI**, oraz dodatkowo **3** pół-godzinne konsultacje telefoniczne, które służyć będą utrzymaniu Twojej motywacji i znajdowaniu nowych sposobów na osiągnięcie rezultatów, jakich potrzebujesz.

PROGRAM VIP możesz wykorzystać w trakcie 12 miesięcy.

Inwestycja: spotkania osobiste lub online - 2500 PLN