

**Ramowy harmonogram programu szkoleniowego
„SPADOCHRON, czyli jak znaleźć swoje miejsce pracy”**

PONIEDZIAŁEK | 12.02.2018 | 10.00 - 15.00

- [>] Wstęp – wprowadzenie do najpopularniejszego programu z dziedziny planowania kariery
- [>] Zapoznanie się uczestników i ustalenie zasad pracy
- [>] **Koncepcja Programu Spadochron**: CO mi jest potrzebne, JAK się tam dostanę, GDZIE jest klucz do Krainy Pracy?
- [>] **Tworzenie obrazu idealnego miejsca pracy**: dlaczego to ważne, jak to zrobić?
- [>] Krok 1 tworzenia obrazu idealnego miejsca pracy: **otoczenie fizyczne**
- [>] **Tabela Pamięci** – na drodze osiągnięć wczoraj, dziś i jutro
- [>] **Historie** - omówienie, instrukcja

WTOREK | 13.02.2018 | 9:30 - 14.30

- [>] Historia - sesja III, IV i V
- [>] Kroki 2, 4, 5 i 6 tworzenia obrazu idealnego miejsca pracy:
 - **Otoczenie duchowe**, w którym chcesz pracować
 - **Ludzie**, z którymi chcesz pracować
 - **Informacje**, z którymi chciałbyś pracować
 - **Przedmioty**, którymi chciałbyś się posługiwać w pracy

ŚRODA | 14.02.2018 | 9:30 - 15.30

- [>] Historia - sesja VI i VII
- [>] Kroki 7, 8 tworzenia obrazu idealnego miejsca pracy:
 - **Zdolności i Umiejętności** - jak najlepiej wykorzystać swój potencjał
 - **Rezultaty**, jakie chcesz osiągnąć (czyli od marzeń do planów)
 - **Korzyści**, jakie chcesz mieć ze swojej pracy
- [>] **Rynek Pracy** – co każdy poszukujący wiedzieć powinien, najskuteczniejsze techniki poszukiwania

CZWARTEK | 15.02.2018 | 9:30 - 15.30

- [>] **Jak skutecznie poszukiwać pracy?** Ćwiczenia praktyczne
- [>] Wybór pracy - **moja idealna praca**
- [>] Efektywne techniki zarządzania karierą w czasie

PIĄTEK | 16.02.2018 | 9:30 - 14.30

- [>] Aplikowanie – **CV i list motywacyjny** – metody ich tworzenia
- [>] Jak przedstawiać swoje **osiągnięcia**?
- [>] Wybrane zagadnienia z zakresu **autoprezentacji**
- [>] **Rozmowa kwalifikacyjna i negocjacje płacowe**
- [>] Wypełnienie ankiet ewaluacyjnych oraz zakończenie szkolenia

W trakcie dnia szkoleniowego zaplanowane są przerwy: obiadowa (ok. 30 min.) oraz 2-3 krótsze przerwy (ok. 10-20 min.).

Po zakończeniu programu można indywidualnie porozmawiać z trenerką o kwestiach związanych z planowaniem kariery, w odniesieniu do poszczególnych tematów poruszanych podczas zajęć oraz skorzystać z konsultacji zawodowych lub psychologicznych (do dyspozycji 3 doradców kariery BK WUM).