



Recentia - Szkoły,
Kursy, Szkolenia -
Marta Dajewska

★★★★★ 4,7 / 5

378 ocen

Zaplanowana droga do sukcesu: Jak świadomie kształtować swoją karierę.

Numer usługi 2025/06/18/10008/2825427

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 8 h

📅 25.10.2025 do 25.10.2025

1 440,00 PLN brutto

1 440,00 PLN netto

180,00 PLN brutto/h

180,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi
Identyfikatory projektów	Kierunek - Rozwój
Grupa docelowa usługi	Grupą docelową szkolenia są osoby: • chcące zrobić kolejny krok w swojej karierze, ale nie wiedzą, jak zacząć; • które nigdy wcześniej nie planowały kariery, ale czują potrzebę wyznaczenia jasnych celów zawodowych; • zainteresowane pomaganiem innym w planowaniu ich ścieżki zawodowej, np. menedżerowie, mentorzy.
Minimalna liczba uczestników	6
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	24-10-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	8
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

1. Wyposażenie uczestników w wiedzę i narzędzia potrzebne do stworzenia świadomego planu kariery.
2. Zrozumienie kluczowych etapów procesu planowania kariery.
3. Pomoc w określeniu osobistych celów zawodowych i strategicznych kroków ich realizacji.
4. Przygotowanie uczestników do wspierania innych w planowaniu ich kariery.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik rozumie proces planowania kariery oraz jego kluczowe etapy.	Uczestnik poprawnie wymienia kluczowe etapy procesu planowania kariery oraz rozumie znaczenie każdego etapu i potrafi wyjaśnić ich zależność.	Wywiad swobodny
Uczestnik potrafi przeanalizować swoją obecną sytuację zawodową i wyznaczyć realistyczne cele zawodowe.	Uczestnik dokonuje samooceny swojej sytuacji zawodowej oraz formułuje cele zawodowe, które są realistyczne i możliwe do osiągnięcia w kontekście jego aktualnej sytuacji.	Wywiad swobodny
Uczestnik zna narzędzia do identyfikacji zasobów i przeszkód oraz do tworzenia strategii kariery.	Uczestnik wymienia i wyjaśnia narzędzia do identyfikacji zasobów oraz przeszkód. Potrafi zaproponować strategię kariery opartą na zidentyfikowanych zasobach i przeszkodach.	Wywiad swobodny
Uczestnik potrafi stworzyć indywidualny plan działania wspierający rozwój zawodowy.	Uczestnik tworzy plan działania, który obejmuje konkretne cele, kroki oraz zasoby niezbędne do ich realizacji.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik wie, jak wspierać innych w procesie planowania kariery, dzieląc się wiedzą i dobrymi praktykami.	Uczestnik potrafi wskazać metody wspierania innych w planowaniu kariery, np. przez mentoring, doradztwo zawodowe, dzielenie się doświadczeniem. Prezentuje gotowość do dzielenia się dobrą praktyką oraz umiejętność udzielania konstruktywnego feedbacku.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Kurs prowadzony jest w godzinach zegarowych.

Kurs obejmuje 8 godz. zegarowych w tym egzamin końcowy, który trwa 30 min i przeprowadzony jest po zakończeniu zajęć. Przewidziana jest 30 minutowa przerwa, która nie wlicza się w czas trwania usługi.

Ramowy program:

9:00 – 9:30: Wprowadzenie i cele szkolenia

- Powitanie uczestników i wprowadzenie w tematykę planowania kariery.
- Ćwiczenie integracyjne: „Moje zawodowe kamienie milowe” – refleksja nad kluczowymi momentami kariery uczestników.

9:30 – 11:00: Podstawy planowania kariery

- Miniwykład: Proces planowania kariery – kluczowe etapy:
 - Diagnoza obecnej sytuacji.
 - Wyznaczanie celów zawodowych.
 - Identyfikacja zasobów i przeszkód.
 - Tworzenie strategii i wdrażanie planu.
- Warsztat: Analiza aktualnej sytuacji zawodowej – ćwiczenia indywidualne i w parach.

11:00 – 11:15: Przerwa kawowa

11:15 – 12:45: Wyznaczanie celów zawodowych

- Ćwiczenie refleksyjne: „Gdzie chcę być za 5 lat?” – wizualizacja i zapis aspiracji zawodowych.
- Wprowadzenie do modelu SMART – jak definiować osiągalne cele?
- Dyskusja grupowa: Dobre i złe przykłady wyznaczania celów.

12:45 – 13:30: Przerwa obiadowa

13:30 – 15:00: Tworzenie strategii kariery

- Warsztat: Identyfikacja zasobów (mocne strony, sieć kontaktów, umiejętności) i przeszkód (brak kompetencji, ograniczenia zewnętrzne).
- Symulacja: Tworzenie planu działania – ćwiczenia w grupach z analizą przypadków.
- Case study: Przykłady osób, które skutecznie zaplanowały i zmieniły swoją karierę.

15:00 – 15:15: Przerwa kawowa

15:15 – 16:30: Wdrażanie planu i rozwój kariery

- Miniwykład: Budowanie sieci kontaktów i zdobywanie wsparcia.
- Warsztat: Tworzenie indywidualnego planu rozwoju – kroki, terminy, wskaźniki sukcesu.
- Symulacja: Jak przekonywać innych do swojej wizji zawodowej (rozmowy z pracodawcami, mentorami).

16:30 – 17:00: Podsumowanie i ewaluacja

- Ćwiczenie refleksyjne: „Moja mapa kariery” – podsumowanie wiedzy i planów w formie graficznej.
- Dyskusja: Kluczowe wnioski i inspiracje.
- Informacja zwrotna od uczestników i prowadzącego.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 9

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 Wprowadzenie i cele szkolenia	Izabela Kramarz	25-10-2025	09:00	09:30	00:30
2 z 9 Podstawy planowania kariery	Izabela Kramarz	25-10-2025	09:30	11:00	01:30
3 z 9 Przerwa kawowa	Izabela Kramarz	25-10-2025	11:00	11:15	00:15
4 z 9 Wyznaczanie celów zawodowych	Izabela Kramarz	25-10-2025	11:15	12:45	01:30
5 z 9 Przerwa obiadowa	Izabela Kramarz	25-10-2025	12:45	13:30	00:45
6 z 9 Tworzenie strategii kariery	Izabela Kramarz	25-10-2025	13:30	15:00	01:30
7 z 9 Przerwa kawowa	Izabela Kramarz	25-10-2025	15:00	15:15	00:15
8 z 9 Wdrażanie planu i rozwój kariery	Izabela Kramarz	25-10-2025	15:15	16:30	01:15
9 z 9 Podsumowanie i ewaluacja	-	25-10-2025	16:30	17:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 440,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 440,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto

180,00 PLN

Koszt osobogodziny netto

180,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Izabela Kramarz

Izabela Kramarz to doświadczona ekspertka w dziedzinie finansów, strategii korporacyjnej i zarządzania zmianą. Ukończyła filologię angielską na Uniwersytecie Wrocławskim oraz zdobyła tytuł licencjata w dziedzinie handlu zagranicznego na Uniwersytecie Ekonomicznym we Wrocławiu. Jej wykształcenie obejmuje również prestiżowy program Executive MBA na Michael Smurfit School of Business, University College Dublin w Irlandii. Wiedzę pogłębiła na The Wharton School, uczestnicząc w programie Executive Presence and Influence: Persuasive Leadership Development, oraz uzyskując certyfikat CIPP/E (Certified International Privacy Professional) przyznany przez IAPP w 2021 roku. Przez ponad dwie dekady Izabela budowała swoje doświadczenie zawodowe w globalnych organizacjach, takich jak Santander Group i Credit Suisse. W latach 2016–2023 pełniła funkcję Executive Director w Credit Suisse w Zurychu, gdzie zarządzała kluczowymi projektami strategicznymi w obszarze transformacji biznesowej, wdrażała nowe modele operacyjne i wspierała liderów w realizacji inicjatyw strategicznych w jednostkach takich jak International Wealth Management, Swiss Universal Bank/Private Banking oraz Program Transformacji Strategii Grupy Credit Suisse. Jako mentorka i coach, doradzała w zakresie zarządzania karierą, pomagając swoim podopiecznym rozwijać umiejętności przywódcze i osiągać cele zawodowe. W 2022 roku założyła TransforMentum – Consulting and Coaching Company w Zurychu, gdzie do dziś pełni funkcję prezesa.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik przed rozpoczęciem kursu otrzyma:

- materiały merytoryczne szkoleniowe w formie papierowej lub na pendrive.

Po ukończonym kursie uczestnik otrzymuje zaświadczenie oraz certyfikat potwierdzający nabycie kompetencji.

Informacje dodatkowe

Kurs prowadzony będzie przez wykwalifikowanego trenera.

Uczestnik po ukończonym kursie otrzyma certyfikat oraz zaświadczenie na druku MEN.

Kurs będzie realizowany zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa.

W cenę kursu nie jest wliczony koszt dojazdu oraz zakwaterowania.

Organizator ma prawo zmienić wykładowcę na danym kursie z ważnej przyczyny bez uprzedniego poinformowania uczestników.

Organizator gwarantuje w takim przypadku odpowiednie przygotowanie merytoryczne nowego trenera. Zmiana wykładowcy nie może być podstawą żądania zwrotu opłaty za kurs przez uczestnika.

Zapis na usługę jest równoznaczny z akceptacją regulaminu Realizatora Usługi.

Podstawa zwolnienia z VAT - Art. 43 ust. 1 pkt. 26 a) - ustawy o VAT.

Adres

ul. Kielbaśnicza 20

50-110 Wrocław

woj. dolnośląskie

Szkolenie przeprowadzone będzie w sali szkoleniowej z dostępem do światła dziennego, wyposażonej w stoliki i krzesła, tablicę suchościeralną, flipchart, rzutnik multimedialny.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

Kontakt



Marta Dajewska

E-mail m.dajewska@recentia.pl

Telefon (+48) 605 740 813