

PATH



Projekt PATH

Profesjonalne narzędzie do efektywnego rozwoju kariery

INSTRUKCJA DLA UŻYTKOWNIKÓW

Erasmus+

Enriching lives, opening minds.



Projekt Erasmus+ VET „PATH - Profesjonalne narzędzie efektywnego rozwoju kariery”

Numer projektu: 2021-1-NO01-KA220-VET-000034778

Autorzy:

WSEI	Robert Porzak Eryka Musur
Dias:	Rita Chatzinikoli Korina Tzika Krystyna Kliafa
Eduforma:	Marta Tasinazzo Annamaria Zitarelli Dawid Destro Dario Dessanai Gaia Tiozzo
Veksttorget:	Silje Dahl Bjørgvik Maja Venås Eriksen



Lublin, 20.11.2024



Zastrzeżenie: Współfinansowane przez Unię Europejską. Wyrażone poglądy i opinie są jednak poglądami i opiniami wyłącznie autora(-ów) i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Ani Unia Europejska, ani EACEA nie mogą ponosić za nie odpowiedzialności.



Treść

Spis treści

Rozdział 1: Prezentacja narzędzia PATH.....	5
I. Zalety korzystania z Path:	5
II. Instrukcje ze zrzutami ekranu dotyczące korzystania z narzędzia:	6
Rozdział 2: Wyniki testu PATH.....	9
I. Prezentacja wyników i raportu z testów	9
II. Praktyczne wykorzystanie Portfolio	14
III. Samoświadomość – lista kontrolna.....	17
Rozdział 3: Wprowadzenie do funkcji portfolio i CV narzędzia PATH	19
I. Sekcja CV	19
1.1 Dane osobiste	21
1.2 Edukacja i szkolenia	22
1.3 Doświadczenie zawodowe	23
1.3 Umiejętności.....	24
1.4 Języki.....	25
1.5 Umiejętności cyfrowe.....	26
1.6 Uczenie się nieformalne (inne umiejętności i kompetencje)	27
1.8 Praca wolontariacka	27
1.9 Nagrody/wyróżnienia	28
1.10 ICDL Certyfikat Umiejętności Komputerowych	29
1.11 Inne.....	30
1.12 Kompetencje potwierdzone przez PATH.....	30
II. Integracja wyników	32
2.1 Jak to działa	32
2.2 Korzystanie z portfolio w celach informacyjnych.....	33
2.3 Europass CV	38
Wnioski.....	38
Rozdział 4: Materiały do samorozwoju	39



I.	Metody skutecznego wyznaczania celów.....	40
	Struktura celów SMART.....	40
	Technika WOOP (życzenie, wynik, przeszkoda, plan)	40
	WOOP:.....	41
II.	Identyfikacja możliwych obszarów rozwoju.....	41
	Schemat tworzenia indywidualnego planu działania.....	43
III.	Metody aktywnego poszukiwania pracy.....	44
	1. Networking.....	45
	2. Portale do szukania pracy online.....	45
	3. Bezpośredni kontakt.....	46
	4. Aplikacje dostosowane do potrzeb	47
	5. Wykorzystanie mediów społecznościowych	47
	6. Targi pracy i wydarzenia rekrutacyjne.....	48
	7. Ciągła nauka.....	48
	8. Wykorzystanie rekruterów i łowców głów	49
	9. Utrzymywanie zorganizowanego podejścia	49
	Wnioski.....	49
	Bibliografia.....	51



Rozdział 1: Prezentacja narzędzia PATH

PATH to cyfrowe narzędzie opracowane, aby pomóc użytkownikom w tworzeniu uporządkowanego i profesjonalnego CV, a także portfolio. Narzędzie jest specjalnie zaprojektowane dla studentów, niedawnych absolwentów i profesjonalistów, którzy chcą dokumentować i odzwierciedlać swoje doświadczenia i wyniki uczenia się z formalnych i nieformalnych zajęć edukacyjnych.

Dzięki PATH użytkownicy mogą łatwo gromadzić informacje na temat kwalifikacji, doświadczeń i osiągnięć, co pozwala im na podkreślenie swoich mocnych stron i celów zawodowych. Narzędzie oferuje intuicyjne szablony i przewodniki do tworzenia CV, a także portfolio, który spełnia standardy Europass.

I. Zalety korzystania z Path:

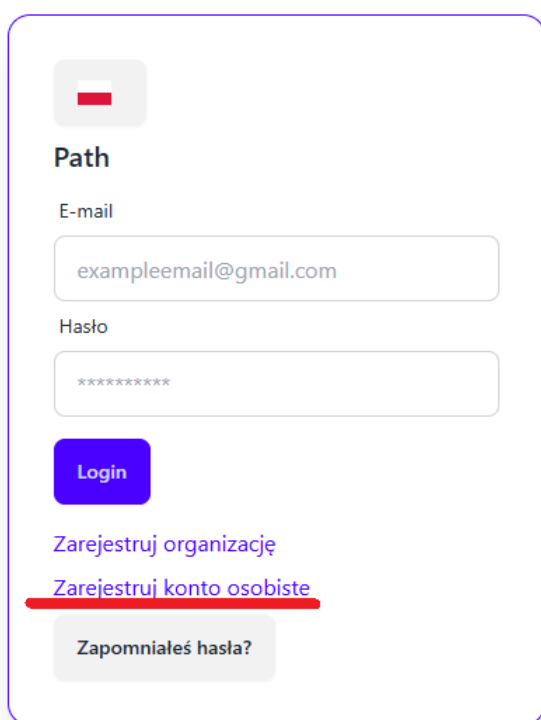
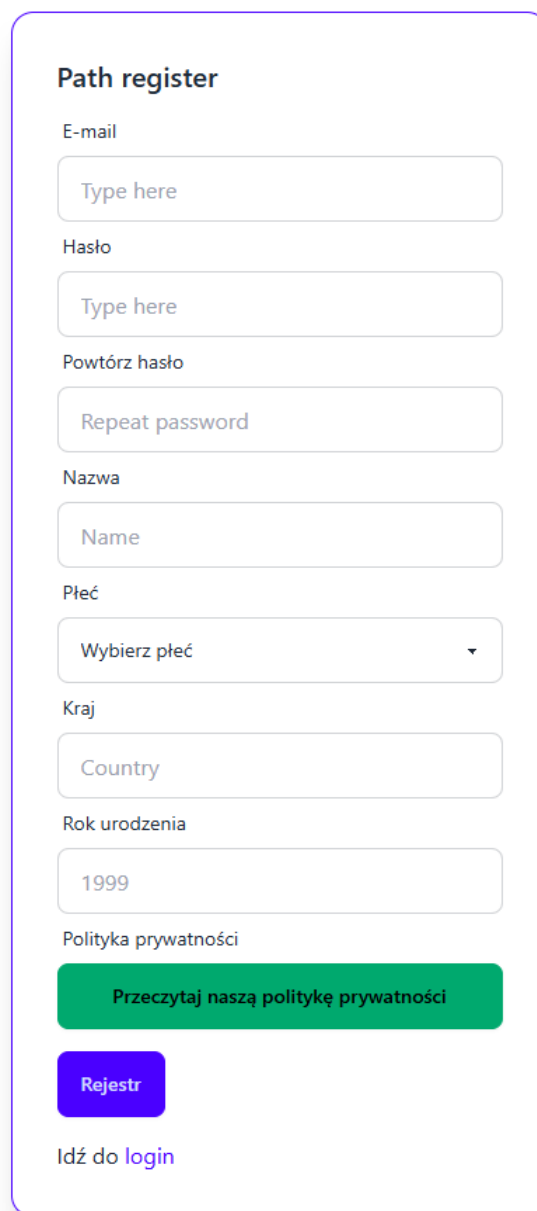
- **Przyjazny dla użytkownika:** Narzędzie charakteryzuje się prostym i intuicyjnym interfejsem, i poprzez dostosowywanie treści do indywidualnych potrzeb jest proste w użytkowaniu.
- **Ustrukturyzowana prezentacja:** Dzięki przejrzystym sekcjom dotyczącym wykształcenia, doświadczenia zawodowego, umiejętności i referencji, użytkownicy mogą stworzyć profesjonalne CV, przedstawiające ich w jak najlepszym świetle.
- **Refleksja i dokumentacja:** Portfolio pozwala użytkownikom dokumentować rezultaty nauki i dodatkowych aktywności oraz na refleksję nad własnym rozwojem.
- **Zgodność z Europass:** Narzędzie pozwala użytkownikom na eksportowanie swojego portfolio w formacie Europass, co jest przydatne przy składaniu podań o pracę w całej Europie.

II. Instrukcje ze zrzutami ekranu dotyczące korzystania z narzędzia:

1. Tworzenie profilu użytkownika:

- Użytkownik musi najpierw zarejestrować się na platformie, podając wymagane dane, takie jak imię i nazwisko, adres e-mail i hasło.

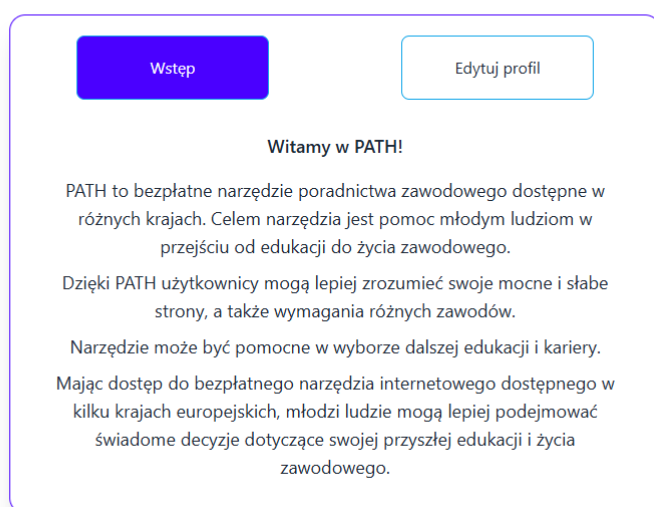
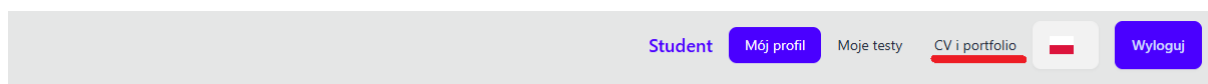
-



2. Poruszanie się po narzędziu:

- Po zalogowaniu użytkownikowi zostanie przedstawiony przegląd funkcji narzędzia, obejmujący także opcje tworzenia CV i portfolio.



3. Tworzenie CV:

- Użytkownik może rozpocząć tworzenie swojego CV, wypełniając różne sekcje, takie jak wykształcenie, doświadczenie zawodowe i umiejętności.
- PATH oferuje konfigurowalne szablony, a użytkownicy mogą dodawać lub usuwać sekcje według potrzeb.
- Wystarczy kliknąć „Pokaż” i „Dodaj nowe”, a następnie dodać żądane informacje.
- Użytkownik może dokumentować swoje doświadczenia i wyniki uczenia się, wypełniając format portfolio. Możliwe jest również dołączenie załączników, takich jak referencje i projekty.

Dane osobowe

W sekcji danych osobowych możesz podać swoje dane kontaktowe, które zostaną wyświetlone na górze CV.

Edukacja i szkolenia

Kliknij przycisk „Dodaj nowe”, a pojawi się okno dialogowe, w którym możesz wprowadzić stopień, instytucję, dziedzinę edukacji i daty. Po dodaniu wykształcenia



możesz powtórzyć tę samą procedurę, aby uwzględnić wszelkie inne istotne etapy kształcenia, które powinny pojawić się w Twoim CV.

Doświadczenie zawodowe

Tutaj dodaj informacje o swoim doświadczeniu zawodowym - dodaj informacje o stanowisku, miejscu pracy, okresie zatrudnienia i swoich obowiązkach. Możliwe jest dodanie wielu sekcji dotyczących doświadczenia zawodowego.

Umiejętności osobiste

W tej sekcji możesz dodać swoje cechy i mocne strony.

Języki

Tutaj możesz dodać języki, którymi się posługujesz. Wprowadź jeden język na raz i określ swoją biegłość w słuchaniu, czytaniu, mówieniu i pisaniu w tym języku. Zostaniesz poproszony o ocenę swoich umiejętności językowych w skali od podstawowej znajomości (A1) do biegłego posługiwania się językiem (C2). Możesz również wspomnieć, czy posiadasz dyplomy lub certyfikaty.

Umiejętności cyfrowe

W tej sekcji możesz dodać informacje o swoich umiejętnościach cyfrowych, w tym o takich obszarach jak przetwarzanie informacji, komunikacja, tworzenie treści, bezpieczeństwo i rozwiązywanie problemów. Zostaniesz poproszony o ocenę swoich umiejętności w skali od podstawowych do wysoce wyspecjalizowanych. Możesz również uwzględnić wszelkie posiadane certyfikaty ICT.

Nieformalne uczenie się (inne umiejętności i kompetencje)

W tej sekcji możesz uwzględnić inne umiejętności lub kompetencje. Mogą to być umiejętności, kursy, samokształcenie lub cokolwiek innego, co odzwierciedla wiedzę, którą zdobyłeś poza formalnymi instytucjami edukacyjnymi.

Praca wolontariacka

Tutaj możesz dodać informacje o każdej pracy wolontariackiej, którą wykonywałeś. Zostaniesz poproszony o podanie stanowiska, organizacji i okresu pracy wolontariackiej.

Nagrody/wyróżnienia

W sekcji „Nagrody/wyróżnienia” możesz uwzględnić wszelkie istotne wyróżnienia lub nagrody, które otrzymałeś. Mogą to być nagrody akademickie, wyróżnienia zawodowe, certyfikaty lub



wszelkie specjalne wyrazy uznania/podziękowania za osiągnięcia w Twojej dziedzinie. Pamiętaj, aby uwzględnić szczegóły, takie jak nazwa nagrody, organizacja lub instytucja, która ją przyznała oraz rok jej otrzymania.

Prawo jazdy

W sekcji „Prawo jazdy” możesz podać informacje o wszelkich ważnych prawach jazdy, które posiadasz. Określ rodzaj prawa jazdy, np. standardowe prawo jazdy na samochód (np. kategoria B), prawo jazdy na większe pojazdy (ciężarówki) oraz dodatkowe kwalifikacje np. do przewozu osób. Jeśli dotyczy, podaj kraj, w którym prawo jazdy zostało wydane.

Inne

W sekcji „Inne” możesz uwzględnić wszelkie dodatkowe umiejętności, kwalifikacje lub informacje, które mogą być istotne, ale nie pasują do innych kategorii. Mogą to być osiągnięcia osobiste, konkretne umiejętności techniczne, członkostwo w organizacjach zawodowych lub wszelkie inne szczegóły, które mogłyby wzbogacić Twoje CV.

Kompetencje potwierdzone przez PATH

Jeśli chcesz, możesz również uwzględnić w CV swoje wyniki z PATH. Masz możliwość wyboru, które wyniki chcesz zaprezentować.

- Po dodaniu pożądaných informacji możesz wybrać sekcje, które mają być wyświetlane w Twoim CV. Możesz to zrobić pod każdą sekcją, wybierając opcję „pokaż” lub „ukryj”.

Eksportowanie CV i portfolio:

- Po dodaniu wszystkich informacji, które chcesz dodać do swojego CV, możesz je wyeksportować do pliku PDF. Aby to zrobić, po prostu kliknij odpowiedni przycisk.

Eksport do Europass:

- Po skompletowaniu CV i portfolio użytkownik może wyeksportować dokumenty w formacie Europass, co ułatwia ich udostępnianie i składanie aplikacji.

Rozdział 2: Wyniki testu PATH.

I. Prezentacja wyników i raportu z testów

PATH to zestaw narzędzi służących do identyfikacji Twoich predyspozycji zawodowych i wspierania Twojej aktywności na rynku pracy. Zestaw składa się z trzech części: inwentarza diagnostycznego, modułu poradniczego oraz portfolio z CV. Wszystkie części są ze sobą



połączone, co umożliwia automatyczne testowanie. Jako wynik badania otrzymujesz raport z wynikami, a także gotowe do użycia portfolio i CV.

W tej części podręcznika skupimy się na raporcie i sposobie jego efektywnego wykorzystania. Raport zawiera liczbową reprezentację wyników testu i instrukcje dotyczące ich interpretacji. W trakcie badania analizowano osiem podstawowych obszarów - wymiarów: zainteresowania zawodowe, cele i wartości, cechy osobowości, cechy temperamentu, umiejętności interpersonalne, umiejętności przedsiębiorcze, zdolności poznawcze oraz kompetencje i kwalifikacje.

Otrzymane wyniki są prezentowane w sekcjach:



Wynik w każdej sekcji (oprócz proponowanych zawodów) jest przedstawiony numerycznie, a klikając na nazwę obszaru można otworzyć jego opis. Raport z wynikami można również pobrać jako plik PDF.

Pierwsza sekcja raportu przedstawia **3 najważniejsze zawody** zdefiniowane na podstawie wyników testu. Prezentacja zawodów obejmuje powiązane zajęcia, zadania i minimalne



kwalfikacje wymagane do wykonywania zawodu. Następnie proponuje wgląd w główne obowiązki proponowanego zawodu. Poniżej możesz zobaczyć przykład.

Technicy medyczni i farmaceutyczni

Technicy medyczni i farmaceutyczni wykonują zadania techniczne wspomagające diagnostykę i leczenie chorób, urazów i upośledzeń.

Zawody:

Operatorzy aparatury medycznej
 Technicy analityki medycznej
 Technicy farmaceutyczni
 Technicy medyczni i dentyści

Zadania obejmują:

(A) testowanie i używanie urządzeń radiologicznych, ultrasonograficznych i inne urządzeń obrazowania medycznego, (B) podawanie radiofarmaceutyków lub napromieniowanie pacjentom w celu wykrycia lub leczenia chorób, (C) przeprowadzenie badań klinicznych dotyczących próbek płynów i tkanek ustrojowych, (D) przygotowywanie leków i innych związków farmaceutycznych pod kierunkiem farmaceutów, (E) projektowanie, montaż, konserwacja i naprawy urządzeń i przyrządów medycznych i stomatologicznych.

Minimalne kwalifikacje:

Przebieg edukacji: wykształcenie średnie lub kurs kwalifikacyjny z zakresu (w zależności od specjalizacji): Świadczenie usług medycznych w zakresie protetyki słuchu, Wykonywanie i naprawa wyrobów medycznych z zakresu protetyki dentystrycznej, ortodoncji oraz epitez twarzy, Świadczenie usług medycznych w zakresie diagnostyki obrazowej, elektromedycznej i radioterapii, Sporządzanie i wytwarzanie produktów leczniczych oraz prowadzenie obrotu środkami farmaceutycznymi i materiałami medycznymi, Wykonywanie dezynfekcji i sterylizacji medycznej.

Zainteresowania zawodowe przedstawiono w 15 obszarach:

- Opiekuńczo-wychowawcze
- Artystyczne
- Humanistyczne
- Społeczne
- Administracja i zarządzanie
- Prawno
- Przyrodnicze
- Medyczne
- Nauki ścisłe
- Inżynierijno-techniczne
- Architektura i budownictwo
- Rolnictwo
- Usługi
- Wojsko, policja, służby mundurowe
- Sport i aktywność fizyczna



Edukacja – opieka nad osobami starszymi 5	Wartości artystyczne 8	Nauki humanistyczne 3
Aspekt społeczny 5	Zarządzanie i administracja 7	Aspekt prawny 1
Nauki przyrodnicze 5	Aspekt medyczny 9	Nauki ścisłe 8
Inżynieria 9	Architektura i budownictwo 8	Rolnictwo 1
Usługi 3	Wojska, policja, siły mundurowe 8	Sport i aktywność fizyczna 5

W podanym przykładzie jednym z obszarów najsilniejszych zainteresowań jest „Medycyna” (punktacja 9). Zastanówmy się co to oznacza?

Ten wymiar definiuje osobę, która interesuje się medycyną, zdrowiem i profilaktyczną opieką zdrowotną. Chce mieć szeroką, szczegółową wiedzę na temat fizjologii i aspektów medycznych, chce pomagać i znajdować nowe rozwiązania, łatwo nawiązuje kontakt z innymi i ma tendencję do empatii oraz rozumie innych. Interesującymi kierunkami studiów mogą być dla niej: medycyna, pielęgniarstwo, fizjoterapia, farmacja, biotechnologia, medycyna weterynaryjna.

Osoba o wysokich zainteresowaniach medycznych:

- potrafi gromadzić i organizować informacje,
- potrafi określić przyczyny złego stanu zdrowia,
- potrafi kontrolować własne emocje i zachowania,
- jest efektywna w sytuacjach narażenia na silny stres ,
- podejmuje samodzielnie skuteczne decyzje,
- jest pewna siebie,
- potrafi zrozumieć emocje innych,
- jest zmotywowana,



- posiada ciekawość intelektualną/poznawczą,
- jest asertywna.

Jako przyszły pracownik, osoba z wysokim wynikiem w wymiarze medycznym powinna interesować się fizjologią i funkcjonowaniem człowieka; być oddana trosce o zdrowie innych i starać się je poprawić. Zawody związane z zainteresowaniami medycznymi wymagają wysokiego poziomu zarządzania stresem i samokontroli. W tych zawodach ważne jest także posiadanie dobrych umiejętności komunikacyjnych i empatii; analizowanie i ocenianie informacji. Dlatego osoby o zainteresowaniach medycznych powinny być wszechstronne.

Podobny opis znajdziesz dla każdego obszaru zainteresowań.



ĆWICZENIA

W jaki sposób można wykorzystać informacje zawarte w raporcie PATH?

- Spróbuj odpowiedzieć na pytania: Jakie są moje najsilniejsze zainteresowania?
- Jak uzyskane wyniki mają się do mojej obecnej ścieżki edukacyjnej?
- Czy są jakieś niespodzianki lub nowe obszary zainteresowań, o których wcześniej nie myślałem?
- Czy rozważasz co najmniej trzy ścieżki kariery, które odpowiadają Twoim najsilniejszym zainteresowaniom?
- Utwórz listę zalet i wad każdej rozważanej przez Ciebie ścieżki kariery.



Wyniki PATH ułatwiają samopoznanie i ocenę swoich możliwości z kompleksowej perspektywy. Podkreślają również potencjalne korzyści, które można osiągnąć, koncentrując się na konkretnych obszarach funkcjonowania. Możesz odkryć nowe zainteresowania i zrozumieć ich wpływ na swój osobisty i społeczny dobrostan. Ponadto kompleksowy przegląd wszystkich informacji zachęca do eksploracji innych obszarów zainteresowań, potencjalnie obejmujących te, które nie zostały jeszcze w pełni rozwinięte. Raport “podpowiada”, jak bardziej zaangażować się we wcześniej zaniedbane obszary zainteresowań, wspierając w ten sposób zrównoważone i zintegrowane podejście do rozwoju osobistego.

Automatycznie wyodrębnione akapity z raportu PATH są również zintegrowane z CV i E-Portfolio osoby badanej w celu dalszej personalizacji.

II. Praktyczne wykorzystanie Portfolio

Portfolio PATH może być przydatne w poszukiwaniu pracy i zapewnia możliwość przedstawienia „efektów uczenia się uzyskanych podczas formalnej i nieformalnej edukacji”. Portfolio to lista Twoich kompetencji związanych z rozwojem kariery (CV + wyniki testu PATH + inne przesłane/wypełnione pliki, np. obrazy, zdjęcia, kod programowania, linki do stron internetowych). Portfolio jest tworzone częściowo automatycznie po zakończeniu testu. Oznacza to, że dane wprowadzone przez Ciebie podczas testu są przesyłane i widoczne jako osobna strona internetowa z pewnymi danymi + puste pola z sugestiami, jak je wypełnić. W



portfolio możesz również opisać grupowe projekty i oznaczyć współpracowników, jeśli wyrazili na to zgodę. Link do Twojego indywidualnego portfolio może zostać wysłany do potencjalnego pracodawcy w celach rekrutacyjnych.

Dostęp do portfolio można uzyskać, wybierając opcję „CV i portfolio” w menu ogólnym w prawym górnym rogu strony.

Portfolio to zbiór materiałów akademickich i zawodowych, który ukazuje Twoje przekonania, umiejętności, kwalifikacje, wykształcenie, szkolenia i doświadczenia. Ponadto, daje wgląd w Twoją osobowość i etykę pracy. Wszystko, co prezentuje Twój potencjał przyszłemu pracodawcy. Pamiętaj, że umiejętności interpersonalne są równie ważne, jak formalne kwalifikacje. Portfolio może również zawierać miejsce na rekomendacje i polecenia od współpracowników, nauczycieli i byłych pracodawców.

Wygląd portfolio zależy od sektora, w którym chcesz pracować. Na przykład istnieje wiele stron internetowych i platform dedykowanych **sektorowi IT**, na których osoby poszukujące pracy mogą zaprezentować swój potencjał. **GitHub** jest jedną z nich. Jest to platforma deweloperska, która pozwala deweloperom tworzyć, przechowywać, zarządzać i udostępniać swój kod. Pokazuje proces uczenia się i Twój obecny poziom oraz częstotliwość, z jaką pracujesz nad rozwijaniem nowych umiejętności. GitHub może być dla Ciebie dobrym rozwiązaniem, niezależnie od tego, jakich technologii się uczysz i w jakim kierunku chcesz się rozwijać. Jeśli pracujesz głównie w zespole i chcesz pokazać efekt pracy zespołowej, wybierz **GitLab**. Jest to wszechstronne narzędzie, które pozwala przechowywać pliki i kod, śledzić postępy projektu i skutecznie komunikować się w zespole, a oczywiście także prezentować efekty swojej pracy.

Jeśli jesteś aktywnym artystą, fotografem lub projektowanie graficzne jest w centrum Twoich zainteresowań, odkryj potencjał oferowany przez internetowe strony portfolio, takie jak **Squarespace, Wix lub WordPress**. Na przykład wspomniany **Squarespace** pozwala zbudować stylową i profesjonalną stronę internetową nawet bez żadnej wiedzy na temat tworzenia stron internetowych.

Canva to łatwa w użyciu platforma projektowa, która umożliwia tworzenie różnorodnych grafik przy użyciu tysięcy darmowych szablonów, zdjęć i czcionek. Kreator stron internetowych Canva jest wypełniony intuicyjnymi funkcjami i narzędziami, dzięki czemu możesz szybko eksplorować i bawić się projektem swojego portfolio. Ponadto, aby uzyskać kompleksową, profesjonalną prezentację, możesz użyć kreatora CV AI. **Dunked** może również pomóc stworzyć piękne portfolio, zmieniając układ, typografię i kolory za pomocą prostych narzędzi do edycji. Jedynym ograniczeniem jest Twoja wyobraźnia.



Pamiętaj, że również media społecznościowe, takie jak **Behance, Dribble i LinkedIn**, mogą być używane do prezentowania Twojej pracy potencjalnym pracodawcom. Są znane na całym świecie i łatwe w użyciu w sposób, który najbardziej Ci odpowiada.

Jesteś freelancerem? **Upwork** to platforma łącząca freelancerów poszukujących zleceń i klientów potrzebujących pracowników. Inną opcją dla Ciebie może być **Freelancer, about.me lub Fiverr**. Ostatnia platforma to miejsce dla freelancerów z szerokiego spektrum sektorów: od programowania i technologii, marketingu cyfrowego, animacji i wideo, po muzykę, audio i usługi AI. Wszystko, co musisz zrobić, to założyć konto i zaprezentować swoje umiejętności.

Bezpłatne platformy internetowe mogą pomóc w zaprezentowaniu Twoich rzeczywistych umiejętności, a także dają możliwość sprawdzenia nowych zainteresowań zidentyfikowanych w teście PATH.

A może interesują Cię oferty pracy na terenie całej Unii Europejskiej? **Profil Europass** jest dla Ciebie. Pomoże Ci w pełni wykorzystać wszystkie usługi świadczone przez platformę Europass, która daje dostęp do dostosowanych ofert pracy i możliwości nauki, a także szansę na zaprezentowanie swojego potencjału i osiągnięć w atrakcyjny, łatwy sposób. Jest dostępna w 31 językach.

europass Narzędzia Europass Nauka w Europie Praca w Europie O systemie Europass Interesariusze Zaloguj się

europass

Zrób następny krok

Twoja darmowa platforma do nauki i pracy w Europie

Utwórz bezpłatnie swój profil Europass



W jaki sposób portfolio może pomóc w procesie rekrutacji?

1. **Wyróżnij się w tłumie:** Twoje projekty są świetnym dodatkiem do CV, aby przyciągnąć uwagę rekruterów. Pokażesz, że zależy Ci na procesie rekrutacji, ponieważ przygotujesz coś więcej niż tylko CV.
2. **Doświadczenie bez pracy:** Zdobycie pierwszej pracy, np. jako junior, nie jest prostym zadaniem. Tworzenie portfolio to zawsze **świetny sposób na naukę**. Możesz tam przedstawić cały proces myślenia - od znalezienia problemu, przez działanie, po rozwiązanie, no i oczywiście ukończone projekty.
3. **Pokazywanie na przykładzie tego, co potrafisz:** Podczas rozmowy rekrutacyjnej możesz powiedzieć, co potrafisz, ale najlepszym potwierdzeniem jest gotowe rozwiązanie. Ktoś, kto z tobą rozmawia, może zobaczyć „próbkę” twoich umiejętności w portfolio, możesz tam pokazać swój sposób myślenia, swoją pasję i zaangażowanie.

Podsumowując, portfolio może być połączeniem osiągnięć akademickich z dowodami Twojej pracy w trakcie całego procesu edukacji i kariery, takimi jak zdjęcia, projekty, artykuły, szablony projektów lub plany lekcji/działań. Pamiętaj, aby zawsze dostosowywać swoje portfolio do stanowiska, o które się ubiegasz. Ponadto, estetyka i logiczna struktura mogą okazać się kluczowe.

III. Samoświadomość – lista kontrolna.

Kiedy już poznasz wyniki, spróbuj uporządkować swoją wiedzę o sobie.

Możesz to zrobić, odpowiadając na następujące pytania:

Samoświadomość:

1. Czego nowego dowiedziałem się o sobie?
2. Co mnie zaskoczyło?
3. Jakie są moje wartości?
4. Jaka praca pozwoli mi zrealizować moje wartości?
5. Jakie mam umiejętności i zdolności?
6. Jakie są moje zainteresowania?
7. Jakie zainteresowania chciałbym rozwijać?
8. Jaki jest mój styl osobowości?
9. Jakie inne role życiowe są dla mnie ważne oprócz wykształcenia, pracy lub zawodu?
10. Jakie czynniki rodzinne i kulturowe mają największy wpływ na moją ścieżkę kariery?


Świadomość możliwości:

1. Do jakich zawodów/branż i prac jestem odpowiedni?
2. Jak dużo wiem na temat tych różnych dziedzin (opis stanowiska, wysokość wynagrodzenia, warunki pracy, możliwości awansu, czy jest zapotrzebowanie na pracowników w tej dziedzinie, rodzaje wykonywanych zadań itp.)?
3. Jakie mam opcje (możliwości: dalsza nauka/szkolenie, obserwacja pracy /doświadczenie zawodowe/wolontariat jako krok w kierunku długoterminowego zatrudnienia)?
4. Jakie są moje cele krótkoterminowe i długoterminowe?
5. Jak podejmować decyzje dotyczące tych opcji?

Poszukiwanie pracy:

1. Czy mam aktualne CV?
2. Czy wiem, jak napisać list motywacyjny?
3. Czy mam portfolio?
4. Co muszę wiedzieć o rozmowie kwalifikacyjnej?
5. Jak dobrze nawiązuję kontakty z innymi osobami, które mogą okazać się potencjalnymi pracodawcami?





Rozdział 3: Wprowadzenie do funkcji portfolio i CV narzędzia PATH

W dzisiejszym dynamicznym środowisku zawodowym jednostki muszą skutecznie prezentować swoje umiejętności, doświadczenia i cechy osobiste potencjalnym pracodawcom oraz doradcom zawodowym, dlatego też cyfrowe portfolio stało się niezbędnym narzędziem rozwoju zawodowego, umożliwiając użytkownikom dokumentowanie i refleksję nad kompetencjami zdobytymi w formalnych i nieformalnych warunkach. Narzędzie PATH zostało zaprojektowane, aby pomóc w nawigacji po ścieżkach zawodowych użytkowników, dostarczając cennych spostrzeżeń na temat ich osobistych mocnych stron i obszarów rozwoju. Jedną z cech narzędzia PATH jest możliwość stworzenia spersonalizowanego Curriculum Vitae i dostosowanego Portfolio, które odgrywają kluczową rolę w prezentowaniu kwalifikacji danej osoby.

W tym rozdziale skupimy się na komponentach CV narzędzia PATH, oferując szczegółowe wskazówki, w jaki sposób użytkownicy mogą wykorzystać te funkcje, aby poprawić swoje perspektywy zawodowe. Sekcja CV pozwala użytkownikom wprowadzać istotne informacje, takie jak dane osobowe, wykształcenie, doświadczenie zawodowe i umiejętności bezpośrednio z wyników testów. W rzeczywistości unikalnym aspektem narzędzia PATH jest jego zdolność do automatycznego integrowania określonych sekcji wyników oceny z CV. Funkcja ta umożliwia użytkownikom wyeksponowanie swoich mocnych stron i dopasowanie osobistych atrybutów do potencjalnych ofert pracy.

Ponadto w tym rozdziale można zapoznać się z praktycznymi sugestiami dla użytkowników dotyczącymi skutecznego angażowania się w kontakty z doradcami. Podkreślamy w nim także znaczenie omawiania wyników oceny i osobistych aspiracji, zachęcając użytkowników do zwracania się do swoich doradców w celu uzyskania rekomendacji i wskazówek. Użytkownicy zostaną poinformowani, jak prezentować się w sposób jasny i bezpośredni, ułatwiając dyskusje, które mogą usprawnić proces planowania kariery.

Dzięki integracji funkcji personalizowanego CV narzędzie PATH wyposaża użytkowników w niezbędne zasoby, aby mogli pewnie poruszać się po ścieżkach edukacyjnych i zawodowych. W poniższych sekcjach szczegółowo opisano, jak skutecznie wykorzystywać te funkcje, umożliwiając użytkownikom przejęcie kontroli nad rozwojem kariery i zwiększenie ich perspektyw na ciągle zmieniającym się rynku pracy.

I. Sekcja CV



Sekcja CV w narzędziu PATH umożliwia użytkownikom opracowanie dopracowanego, profesjonalnego CV, które jasno prezentuje ich kwalifikacje. Ta sekcja zapewnia ustrukturyzowane podejście do organizowania kluczowych informacji, od wykształcenia i doświadczenia zawodowego po odpowiednie umiejętności i certyfikaty, pomagając użytkownikom przedstawić wszechstronny profil potencjalnym pracodawcom. Każdy komponent w CV jest zaprojektowany tak, aby był intuicyjny, umożliwiając użytkownikom dostosowywanie szczegółów w oparciu o rolę lub grupę docelową.

Sekcja CV krok po kroku jest łatwa w obsłudze, zapewniając użytkownikom możliwość stworzenia kompleksowego dokumentu, który odpowiednio wyeksponuje ich kompetencje, osiągnięcia i poszczególne etapy rozwoju zawodowego. Ta funkcja narzędzia PATH nie tylko upraszcza proces tworzenia Curriculum vitae, a następnie pozwala użytkownikom zrobić dobre wrażenie na konkurencyjnym rynku pracy.

The screenshot shows the PATH web application interface. At the top left is the PATH logo. On the right side of the header, there are navigation links: "Student", "Mój profil", "Moje testy", "CV i portfolio" (highlighted in blue), and "Wyloguj". Below the header, the main content area is titled "Curriculum vitae". Under this title, there is a button "Eksport do pliku PDF". Below that, there are two sections: "Dane osobowe" with a link "Pokaż dane osobowe" and "Edukacja i szkolenia" with a link "Pokaż edukację i szkolenie".



1.1 Dane osobiste

Dane osobowe

[Ukryj dane osobowe](#)

Imię

Nazwisko

Data urodzenia

E-mail

Telefon

Adres

[Edytuj](#)

Sekcja „Dane osobowe” stanowi podstawę CV, gdzie należy podać podstawowe dane, takie jak imię i nazwisko oraz dane kontaktowe. Użytkownicy mogą kontrolować widoczność każdego elementu w tej sekcji, co pozwala im dostosować wyświetlane informacje do docelowej grupy odbiorców. Ta elastyczność pomaga zarządzać prywatnością i trafnością, zapewniając, że w każdym konkretnym kontekście udostępniane są tylko niezbędne szczegóły.

Edytuj Dane osobowe

Imię

Nazwisko

Data urodzenia

dd.mm.rrrr



E-mail

Telefon

Adres



1.2 Edukacja i szkolenia

Edukacja i szkolenia

Ukryj edukację i szkolenia

Dodaj nowe

Użytkownicy mogą wprowadzić informacje o wykształceniu, w tym uzyskane stopnie naukowe, ukończone uczelnie i daty ukończenia studiów. Tutaj także użytkownicy mają możliwość określić, które informacje uwzględnić w swoim CV. Jeśli opcja “pokaż w CV” jest wyłączona, informacje zostaną ukryte. Ułatwi to modyfikowanie CV pod kątem określonych wymagań i konkretnego stanowiska, którym aktualnie jest zainteresowany użytkownik.

Edukacja i szkolenia

Ukryj edukację i szkolenia

Dodaj nowe

Dodaj edukację

Stopień:

Instytucja:

Dziedzina edukacji:

Od:

dd.mm.rrrr

Do:

dd.mm.rrrr

Dodać Anulować



1.3 Doświadczenie zawodowe

Doświadczenie

[Ukryj doświadczenie zawodowe](#)

[Dodaj nowe](#)

CV pozwala użytkownikom na przedstawienie posiadanego doświadczenia zawodowego, z uwzględnieniem stanowisk, firm, obowiązków i osiągnięć. Ta sekcja działa na tej samej zasadzie co sekcja edukacji: użytkownicy mogą wybrać, które informacje wyświetlić w swoim CV, a które tymczasowo ukryć. Funkcja ta ułatwia użytkownikom organizowanie dokumentów i zachowanie przejrzystości podczas aplikowania na konkretne stanowisko.

Doświadczenie
[Ukryj doświadczenie zawodowe](#)
[Dodaj nowe](#)

Umiejętności

Dodaj doświadczenie zawodowe

Pozycja:

Firma:

Od:
dd.mm.rrrr

Do:
dd.mm.rrrr

Obowiązki:

[Dodać](#) [Anulować](#)



1.3 Umiejętności

Umiejętności

Ukryj umiejętności osobiste

Dodaj nowe

Ta sekcja pozwala użytkownikom zaprezentować podstawowe umiejętności, które odzwierciedlają zarówno wyniki uzyskane w PATH, jak i umiejętności nabyte podczas różnych aktywności. Sekcja ta pozwala w łatwy sposób wyeksponować mocne strony, które wyróżniają użytkownika jako kandydata do pracy. Wyeksponowanie tych umiejętności daje potencjalnym pracodawcom wgląd w najbardziej istotne zdolności użytkownika. Wybierając konkretne umiejętności do wyświetlenia, użytkownicy mogą tak zmodyfikować swoje CV, aby najlepiej prezentowało atuty, które są zgodne z ich celami zawodowymi lub pracą, o którą się ubiegają.

Umiejętności

Ukryj umiejętności osobiste

Dodaj umiejętności osobiste

Typ:

Umiejętność:

Certyfikat:

Opis:



1.4 Języki

Język

Ukryj języki

Dodaj nowe

Sekcja *Języki* umożliwia użytkownikom kompleksową prezentację umiejętności językowych, szczegółowo opisując poziomy biegłości w słuchaniu, czytaniu, mówieniu i pisaniu. Użytkownicy mogą również dołączyć dyplomy lub certyfikaty potwierdzające ich biegłość językową, dodając dzięki temu wiarygodności ich umiejętnościom. To uporządkowane zestawienie zapewnia jasny obraz poziomu opanowania każdego języka, co czyni je szczególnie cennym w przypadku ról, w których umiejętności wielojęzyczne są najbardziej pożądane. Poprzez uwzględnienie tej sekcji użytkownicy prezentują swoje kompetencje językowe w sposób, który podkreśla ich zdolność adaptacji i potencjalną wartość w zróżnicowanych lub międzynarodowych środowiskach pracy.

1.5 Umiejętności cyfrowe

Cyfrowe umiejętności

Ukryj umiejętności cyfrowe

Dodaj nowe

Sekcja *Umiejętności cyfrowe* pozwala użytkownikom zaprezentować swoje kompetencje cyfrowe, coraz bardziej istotne na dzisiejszym rynku pracy. Ta sekcja obejmuje kluczowe obszary, takie jak przetwarzanie informacji, komunikacja, tworzenie treści, bezpieczeństwo i rozwiązywanie problemów. Użytkownicy mogą również uwzględnić certyfikaty ICT, aby dodatkowo potwierdzić swoje umiejętności, podkreślając swoje przygotowanie do pracy na stanowiskach opartych na technologiach informatycznych.

Cyfrowe umiejętności
Ukryj umiejętności cyfrowe

Dodaj nowe

Dodaj umiejętności cyfrowe

Przetwarzanie informacji:

Komunikacja:

Tworzenie treści:

Bezpieczeństwo:

Rozwiązywanie problemów:

Certyfikaty ICT:



1.6 Uczenie się nieformalne (inne umiejętności i kompetencje)

Nieformalne kształcenie (inne umiejętności i kompetencje)

[Ukryj nieformalne kształcenie](#)

[Dodaj nowe](#)

Ta sekcja umożliwia użytkownikom zaprezentowanie kompetencji nabytych poza formalną edukacją, czyli dodatkowe umiejętności, które wzbogacają ich profil. Może to na przykład obejmować cenne doświadczenia zdobyte w ramach niezależnych projektów, pomocy sąsiedzkiej, oferowanych korepetycji. Poprzez uwzględnienie nieformalnej nauki użytkownicy prezentują szerszy zestaw umiejętności, demonstrując otwartość na doświadczenia i proaktywne podejście do rozwoju osobistego, co może być szczególnie atrakcyjne dla pracodawców poszukujących wszechstronnych kandydatów.

1.8 Praca wolontariacka

Wolontariat

[Ukryj wolontariat](#)

[Dodaj nowe](#)

Ta sekcja służy do dokumentowania doświadczeń wolontariackich lub zaangażowania w projekty społeczne, prezentując wszelkie działania w środowiskach nieprofesjonalnych. Włączenie pracy wolontariackiej pomaga uzupełnić CV i może podkreślić wartości i poświęcenie wykraczające poza miejsce pracy, nauki czy praktyk dodając wymiar społecznej odpowiedzialności do profilu użytkownika.

Wolontariat

[Ukryj wolontariat](#)

[Dodaj nowe](#)

Dodaj pracę wolontariacką

Zawód lub zajmowane stanowisko:

Pracodawca:

Od:

Do:

[Dodać](#)
[Anulować](#)

1.9 Nagrody/wyróżnienia

Nagrody i wyróżnienia

[Ukryj nagrody i wyróżnienia](#)

[Dodaj nowe](#)

Użytkownicy mogą dodawać wyróżnienia i nagrody, które wspierają ich zawodową wiarygodność. Niezależnie od tego, czy są to nagrody akademickie, zawodowe czy społecznościowe, te wyróżnienia dodają prestiżu do CV i pomagają użytkownikom wyróżnić się, dostarczając dowody uznania dla ich osiągnięć.



Nagrody i wyróżnienia

Dodaj nagrodę/wyróżnienie

Tytuł:

Emitent:

Data wydania:
dd.mm.rrrr

Opis:

Pokaż w CV:

1.10 ICDL Certyfikat Umiejętności Komputerowych

ICDL Certyfikat Umiejętności Komputerowych

[Ukryj komputerowe prawa jazdy](#)

Ta sekcja jest poświęcona certyfikatom w zakresie kompetencji cyfrowych, (ICDL - *Certyfikat Umiejętności Komputerowych*), które wskazują na kompetencje użytkownika w zakresie korzystania z niezbędnych narzędzi i aplikacji cyfrowych. W coraz bardziej cyfrowym środowisku pracy takie certyfikaty pokazują zdolność adaptacji i umiejętności użytkownika w zakresie zarządzania zadaniami cyfrowymi, od podstawowego korzystania z komputera po bardziej zaawansowaną obsługę oprogramowania.



1.11 Inne

Inne

[Ukryj inne](#)

[Dodaj nowe](#)

Ta elastyczna sekcja jest dostępna po to, aby użytkownik mógł uwzględnić wszelkie dodatkowe informacje, które nie mieszczą się w głównych kategoriach, ale nadal dodają wartości do profilu użytkownika. Zapewnia przestrzeń do zaprezentowania unikalnych kwalifikacji, hobby lub doświadczeń, które nie znajdują się tradycyjnie w CV, ale mogą w znaczący sposób wyróżnić kandydata. Przykłady mogą obejmować określone umiejętności techniczne, role przywódcze w grupach hobbystycznych lub niszowe obszary wiedzy istotne dla określonych ról.

Inne

Inne umiejętności

Inne informacje

Dodać
Anulować

1.12 Kompetencje potwierdzone przez PATH

Kompetencje potwierdzone przez PATH

[Pokaż szczegóły](#)

Ta sekcja integruje kompleksowe wyniki diagnostyczne z narzędzia PATH, podsumowując kluczowe kompetencje na różnych poziomach, w tym cechy osobowości, umiejętności poznawcze, zdolności interpersonalne i zainteresowania zawodowe. Analiza PATH sugeruje również zawody lub role dobrze dopasowane do mocnych stron użytkownika, pomagając w dostosowaniu decyzji zawodowych do osobistych atrybutów i preferencji. Poprzez uwzględnienie potwierdzonych



przez PATH kompetencji użytkownicy mogą przedstawić wszechstronny profil, który mówi zarówno o ich możliwościach, jak i obszarach osobistego dopasowania w ramach określonych karier, ułatwiając pracodawcom dostrzeżenie dopasowania do potencjalnych ról i stanowisk.

Kompetencje potwierdzone przez PATH

[Ukryj szczegóły](#)

Informacje:

Opisane poniżej kompetencje, zdolności i cechy są wynikiem wielowymiarowej diagnozy z wykorzystaniem narzędzia PATH. Narzędzie to umożliwia diagnozę w ramach siedmiu obszarów kompetencji: zainteresowań osobistych, wartości cech osobowości, temperamentu, umiejętności interpersonalnych, umiejętności przedsiębiorczych i umiejętności poznawczych - oraz ich konkretnych wymiarów. Elementem charakterystyki są również grupy zawodowe i zawody sugerowane jako zgodne z diagnozą PATH.

Zawody rekomendowane dla Ciebie

- Technicy medyczni i farmaceutyczni
- Inny średni personel do spraw zdrowia
- Technicy telekomunikacji i urządzeń transmisyjnych

Warstwy

Cele i wartości

[Pokaż Cele i wartości](#)

Cechy charakteru

[Pokaż Cechy charakteru](#)

Charakterystyka temperamentu

[Pokaż Charakterystyka temperamentu](#)

Umiejętności interpersonalne

[Pokaż Umiejętności interpersonalne](#)

Umiejętności przedsiębiorcze

[Pokaż Umiejętności przedsiębiorcze](#)

Zainteresowania zawodowe

[Pokaż Zainteresowania zawodowe](#)

Zdolności poznawcze

[Pokaż Zdolności poznawcze](#)



II. Integracja wyników

Jedną z cech narzędzia PATH jest jego zdolność do integracji wyników oceny PATH z CV użytkownika. Ta funkcjonalność zwiększa spójność CV, i pozwala przedstawić kwalifikacje użytkownika w sposób, który jest zarówno przekonujący, jak i zgodny z jego osobistymi mocnymi stronami.

2.1 Jak to działa

Po zakończeniu badania narzędziem PATH kluczowe wyniki użytkowników są automatycznie integrowane z ich CV, eliminując konieczność ręcznego wprowadzania danych i ograniczając potencjalne błędy. Ta automatyzacja, szczególnie pomocna dla użytkowników niezaznajomionych z formatowaniem CV, oszczędza czas i jest bardzo intuicyjna. Użytkownicy mają możliwość wyboru konkretnych wyników, które chcą uwzględnić w CV, tak, aby zaprezentować swoje mocne strony w zakresie kreatywności, rozwiązywania problemów lub inteligencji emocjonalnej w odpowiedzi na konkretne oferty pracy.

Ta funkcja integracji zwiększa również atrakcyjność wizualną CV, prezentując wyniki oceny w formie wykresów lub tabel. Elementy wizualne sprawiają, że CV jest bardziej informacyjne i zwracają uwagę na kluczowe kompetencje, zachęcając pracodawców do bliższego przyjrzenia się mocnym stronom kandydata.

Umieszczenie wyników oceny bezpośrednio w CV tworzy spójną narrację, która łączy cechy osobiste, wykształcenie i doświadczenia zawodowe. Ten holistyczny pogląd pomaga potencjalnym pracodawcom zobaczyć, w jaki sposób mocne strony danej osoby pokrywają się z wymaganiami stanowiska, podczas gdy dane empiryczne z PATH dodają wiarygodności profilowi użytkownika. Pracodawcy wysoko cenią kandydatów, którzy potrafią udowodnić swoje umiejętności.

Wyniki oceny służą również jako cenne źródło informacji podczas sesji doradztwa zawodowego. Użytkownicy mogą przedstawić swoje CV doradcom, którzy mogą następnie udzielić ukierunkowanych wskazówek na podstawie wyróżnionych mocnych stron i obszarów do poprawy, znacznie usprawniając proces planowania kariery.

W miarę jak użytkownicy zdobywają nowe doświadczenia lub kończą dodatkowe szkolenia, mogą łatwo aktualizować informacje w narzędziu PATH, sprawiając, że ich CV pozostaje aktualne i zgodne z ich zmieniającymi się celami zawodowymi. To ciągłe "odświeżanie"



sprawia, że profil użytkownika jest dokładny i aktualny, bo prezentuje także jego najnowsze osiągnięcia i kwalifikacje.

2.2 Korzystanie z portfolio w celach informacyjnych

Portfolio zintegrowane z narzędziem PATH służy jako potężne narzędzie dla osób, które chcą przyspieszyć swój rozwój zawodowy i nawigować ścieżkami kariery. Zostało zaprojektowane tak, aby być czymś więcej niż tylko repozytorium umiejętności i osiągnięć; działa jako dynamiczne źródło, które ułatwia sensowne dyskusje z doradcami zawodowymi. Ta sekcja przedstawia, w jaki sposób użytkownicy mogą skutecznie wykorzystywać swoje Portfolio, aby wzbogacić interakcje z doradcami, dzięki czemu ich sesje będą nie tylko pouczające, ale także transformacyjne.

Aby maksymalnie wykorzystać potencjał Portfolio, użytkownicy powinni zacząć od gruntownego przygotowania się do sesji doradczych. Podstawowym krokiem w tym przygotowaniu jest zrozumienie struktury Portfolio. Użytkownicy muszą zapoznać się z jego różnymi sekcjami, które obejmują wyniki oceny, mocne strony osobiste, obszary do poprawy i konkretne cele zawodowe. Ta wiedza pozwala użytkownikom jasno formułować swoje myśli i angażować się w bardziej produktywny dialog podczas spotkań.

Refleksja nad osobistymi doświadczeniami to kolejny krytyczny aspekt przygotowania. Użytkownicy powinni rozważyć swoje edukacyjne i zawodowe podróże, identyfikując kluczowe momenty, które odnoszą się do wyników ich oceny. Dzięki temu mogą zapewnić kontekst, który wzbogaci rozmowę. Na przykład użytkownik może zastanowić się nad konkretnym projektem, który eksponował jego umiejętność pracy zespołowej, co jest zgodne z jego mocnymi stronami zidentyfikowanymi w ocenie PATH. Takie refleksje nie tylko pomagają użytkownikom ująć ich narracje w ramy, ale także pokazują doradcy ich rozwój i aspiracje.

Równie ważne jest jasne ustalenie celów sesji doradczej. Użytkownicy powinni określić, co chcą osiągnąć, czy to poszukiwanie wskazówek dotyczących dalszej edukacji, eksplorowanie potencjalnych ścieżek kariery, czy identyfikacja umiejętności, które chcą rozwijać. Określenie konkretnych celów pomoże utrzymać rozmowę ukierunkowaną i sprawi, że zarówno użytkownik, jak i doradca wykorzystają jak najlepiej swój czas razem.

Jeśli chodzi o prezentowanie wyników oceny, użytkownicy powinni zacząć od podsumowania swoich mocnych stron zidentyfikowanych w narzędziu PATH. Jest to okazja do przedstawienia, w jaki sposób te mocne strony odnoszą się do ich aspiracji zawodowych. Na przykład, jeśli



kreatywność jest wyróżniona jako mocna strona, użytkownik może omówić, w jaki sposób planuje zastosować tę cechę w swoim pożądanym zawodzie. Ponadto, otwarte omawianie obszarów do poprawy demonstruje samoświadomość i zaangażowanie w rozwój osobisty. Poprzez konstruktywne zajęcie się tymi obszarami użytkownicy mogą pokazać swoją chęć uczenia się i adaptacji.

Pomoce wizualne z Portfolio, takie jak wykresy lub tabele ilustrujące umiejętności lub postępy, mogą znacznie poprawić prezentację wyników. Wykorzystanie tych wizualizacji może pomóc użytkownikom przekazać swoje kompetencje i obszary rozwoju w sposób przekonujący, czyniąc dyskusję bardziej angażującą dla obu stron.

Aby w pełni wykorzystać sesję doradczą, użytkownicy mogą przygotować ukierunkowane pytania, które wykorzystają ich spostrzeżenia dotyczące portfolio, wyniki oceny i aspiracje zawodowe. Zadając przemyślane pytania, użytkownicy mogą zbadać, jak wykorzystać swoje mocne strony, zająć się obszarami do rozwoju i strategicznie zaplanować swoją zawodową podróż. Poniższe pytania mają na celu pomóc użytkownikom w nawiązaniu znaczącego dialogu ze swoim doradcą, zapewniając, że każda sesja jest zarówno informacyjna, jak i rozwijająca.



<p>Badanie mocnych stron i dopasowania do kariery</p>	<ul style="list-style-type: none"> - W jaki sposób mogę wykorzystać swoje mocne strony, takie jak [<i>wstaw konkretne mocne strony z oceny PATH</i>], aby wybrać karierę zgodną z moimi osobistymi wartościami i zainteresowaniami? - W jakich rolach lub branżach moje mocne strony, takie jak kreatywność i umiejętność rozwiązywania problemów, byłyby najbardziej cenione i miałyby największe znaczenie? - W jaki sposób moje obecne umiejętności mogą pomóc mi wyróżnić się w wybranej dziedzinie i czy są jakieś nowe role, które szczególnie dobrze pasują do tych mocnych stron?
<p>Identyfikacja obszarów wymagających poprawy i rozwoju</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Biorąc pod uwagę moje obszary wymagające poprawy, jakie kroki powinienem podjąć, aby uzupełnić te braki, jednocześnie rozwijając swoją karierę? - Czy możesz polecić jakieś zasoby lub możliwości, np. warsztaty lub mentoring, które pomogłyby mi rozwinąć się w tych konkretnych obszarach? - W jaki sposób mogę pracować nad swoimi słabościami, nie rezygnując przy tym z moich mocnych stron? Czy istnieją strategie, które pozwolą mi zrównoważyć te cechy w miarę rozwoju zawodowego?
<p>Tworzenie planu rozwoju kariery</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Jakie krótkoterminowe i długoterminowe cele zawodowe zasugerowałbyś, biorąc pod uwagę moje obecne kompetencje i trendy w mojej dziedzinie? - Jak często powinienem przeglądać i aktualizować swoje portfolio oraz CV, aby odzwierciedlić swoje postępy, i na jakich wskaźnikach powinienem się skupić, aby śledzić swój rozwój? - Do jakich kamieni milowych w mojej karierze powinienem dążyć w ciągu najbliższych kilku lat, aby skutecznie realizować swoje długoterminowe aspiracje?



<p>Możliwości edukacyjne i szkoleniowe</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Które programy szkoleniowe lub certyfikaty pomogą mi wzmocnić umiejętności niezbędne na stanowiskach, którymi jestem najbardziej zainteresowany? - W jaki sposób mogę najlepiej ustalić priorytety w kontekście różnych możliwości edukacyjnych, aby osiągnąć zarówno krótkoterminową gotowość do pracy, jak i długoterminowo kształtować swoją karierę? - Czy w mojej dziedzinie istnieją stowarzyszenia lub sieci zawodowe, które mogłyby zapewnić mi wartościową możliwość uczenia się lub rozwoju?
<p>Rozszerzanie kontaktów i doświadczeń zawodowych</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Jakie strategie poleciłbyś w celu zbudowania sieci kontaktów w mojej branży, biorąc pod uwagę moje mocne strony i cele zawodowe? - Czy istnieją konkretne staże, role wolontariackie lub możliwości obserwacji pracy, które mogłyby zapewnić mi praktyczne doświadczenie i jednocześnie rozwinąć moje umiejętności? - W jaki sposób mogę szukać mentorów lub wzorów do naśladowania, których ścieżki kariery pokrywają się z moimi aspiracjami, i jakich cech powinienem oczekiwać od mentora?
<p>Maksymalizacja wpływu portfolio na aplikacje</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Jak mogę dostosować swoje portfolio do różnych ofert pracy, a jednocześnie zaprezentować spójny wizerunek zawodowy? - Jakie są najlepsze sposoby na uwzględnienie w moim portfolio opinii z poprzednich ról lub stanowisk, aby pokazać moją zdolność adaptacji i uczenia się? - Czy możesz zasugerować techniki wykorzystania elementów wizualnych, takich jak wykresy i diagramy, aby moje portfolio było bardziej angażujące i wywierało większy wpływ?



Zrozumienie trendów na rynku pracy i planowanie przyszłości

- Jakie umiejętności stają się najważniejsze w mojej dziedzinie i jak mogę rozwijać się, aby pozostać konkurencyjnym?
- Czy w mojej branży pojawiają się sektory lub stanowiska, które odpowiadają moim umiejętnościom i mogłyby zapewnić mi nowe możliwości rozwoju?
- W jaki sposób mogę dostosować swoją strategię kariery, aby elastycznie reagować na zmieniające się wymagania rynku pracy?

Zadając te pytania, użytkownicy mogą uzyskać konkretne wskazówki dotyczące wykorzystania swoich mocnych stron, rozwijania obszarów do poprawy i strategicznego planowania swojej przyszłości. Takie podejście umożliwia produktywny i zorientowany na przyszłość dialog z doradcą, co prowadzi do wyznaczenia działań do podjęcia i większej klarowności w ścieżce kariery.

Ponadto użytkownicy powinni aktywnie szukać konstruktywnych wzmocnień od swoich doradców dotyczących samego portfolio. Prosząc o spostrzeżenia na temat tego, jak ulepszyć portfolio lub sugestie dotyczące dodatkowych doświadczeń do uwzględnienia, użytkownicy wykazują inicjatywę i zachęcają do współpracy. Ta wymiana pomysłów może prowadzić do powstania bardziej dopracowanego portfolio.

Pod koniec sesji użytkownicy omawiają możliwe do podjęcia kroki na podstawie spostrzeżeń zdobytych podczas spotkania. Może to obejmować ustalenie harmonogramów kontynuowania edukacji, szukania staży lub nawiązywania kontaktów z profesjonalistami w wybranej dziedzinie. Poprzez ustalenie kolejnych, jasnych kroków użytkownicy mogą utrzymać dynamikę i kierunek w świadomym planowaniu kariery.

Równie ważne jest zaplanowanie zadań po sesji. Użytkownicy powinni dokumentować spostrzeżenia i zalecenia przekazane przez doradcę, ponieważ stanowią one punkt odniesienia dla przyszłych działań. Regularne aktualizowanie portfolio w celu odzwierciedlenia nowych zaleceń i doświadczeń przyczyni się do tego, że pozostanie ono żywym dokumentem, który dokładnie odzwierciedla bieżącą podróż użytkownika.



Ponadto ponowne przyjrzenie się celom ustalonym podczas sesji doradczej pozwoli użytkownikom na ciągłą ocenę postępów. Ta refleksja jest niezbędna do utrzymania motywacji i odpowiedzialności podczas pracy nad swoimi zawodowymi aspiracjami.

2.3 Europass CV

Jak już wspomniano, jedną z kluczowych cech narzędzia PATH jest jego zdolność do automatycznego generowania spersonalizowanego CV. Co ciekawe, CV może być generowane przez narzędzie w formacie Europass, ujednoczonym modelu uznawanym w całej Europie. Opracowany przez Komisję Europejską Europass CV oferuje ujednoczone ramy do prezentowania kwalifikacji, umiejętności i doświadczeń zawodowych, zapewniając przejrzystość i porównywalność we wszystkich państwach Europy.

Ten format jest szczególnie ceniony przez pracodawców i rekruterów za jego uporządkowany układ, który upraszcza proces oceny poprzez przegląd kluczowych informacji, takich jak kompetencje techniczne i historia pracy. Przyjęcie formatu Europass przez narzędzie PATH gwarantuje, że CV użytkowników spełniają oczekiwania konkurencyjnego rynku pracy, zapewniając przewagę zawodową niezależnie od tego, czy aplikują lokalnie, czy międzynarodowo.

Europass CV jest przystępny dla użytkownika i dostępny w 31 językach, co czyni go idealnym narzędziem dla osób poszukujących możliwości poza swoim krajem ojczystym. Dzięki integracji tego formatu narzędzie PATH nie tylko pomaga użytkownikom skutecznie zaprezentować swoje kwalifikacje, ale także dostosowuje ich aplikacje do powszechnie akceptowanego europejskiego standardu, zwiększając ich zdolność do zatrudnienia na szerszą skalę.

Wnioski

W nawigacji po rozwoju kariery i samorozwoju funkcje CV narzędzia PATH oferują użytkownikom więcej niż tylko narzędzia organizacyjne — zapewniają ramy dla osobistego wglądu. Poprzez przemyślane wykorzystanie narzędzi użytkownicy zyskują jasność co do swoich umiejętności, mocnych stron i celów, wzmacniając poczucie ukierunkowania w swojej karierze. Każda aktualizacja portfolio i sesja doradcza stają się znaczącym krokiem w kierunku budowania tożsamości zawodowej, która jest zgodna z osobistymi celami i aspiracjami.

Integracja formalnych kwalifikacji i nieformalnych doświadczeń w portfolio pozwala użytkownikom na stworzenie kompleksowego profilu, który odzwierciedla nie tylko to, co osiągnęli, ale także to, kim są jako profesjonalści. Możliwość personalizacji CV dodatkowo



zapewnia użytkownikom możliwość dostosowania swoich profili do zmieniających się wymagań rynku, prezentując kluczowe kompetencje dopasowane do konkretnych ról. Ten proces umożliwia użytkownikom aktywne kształtowanie ich tożsamości zawodowej, wspierając zarówno ciągłą naukę, jak i wytrwałość w osiągnięciu celów zawodowych.

Rozdział 4: Materiały do samorozwoju

Samorozwój to celowy proces doskonalenia umiejętności, pogłębiania wiedzy i ogólnego rozwoju osobistego w celu zwiększenia satysfakcji z życia i osiągnięcia celów. Obejmuje głębokie zaangażowanie w samopoznanie, w którym jednostki regularnie oceniają swoje mocne i słabe strony, wartości i aspiracje, aby zrozumieć, na których obszarach należy się skupić i które wymagają poprawy. Ta podróż nie ogranicza się do awansu zawodowego, ale obejmuje również rozwój emocjonalny, społeczny i intelektualny. Poprzez samorozwój jednostki uczą się nowych umiejętności, budują odporność i zyskują pewność siebie w pokonywaniu wyzwań. Techniki takie jak wyznaczanie celów, ciągła nauka i budowanie nawyków zapewniają strukturę temu procesowi, podczas gdy narzędzia takie jak dziennik refleksyjny i mentoring oferują wskazówki i wzmacniają motywację. Poprzez dbałość o ciągły rozwój ludzie nie tylko dostosowują się do zmieniającego się świata, ale także tworzą możliwości osobistego spełnienia i wywierają pozytywny wpływ na otaczających ich ludzi.





I. Metody skutecznego wyznaczania celów

Struktura celów SMART

Określanie celów jest niezbędne do samorozwoju, wyznaczania kierunku działania, śledzenia postępów i motywacji. Struktura SMART jest jedną z najpopularniejszych metod wyznaczania osiągalnych i znaczących celów. SMART to skrót od Specific (konkretny), Measurable (mierzalny), Achievable (osiągalny), Relevant (istotny) i Time-Bound (ograniczony czasowo). To podejście kładzie nacisk na jasność: cele powinny być konkretne i szczegółowe, a nie ogólne i niedoprecyzowane.

Akronim SMART oznacza:

- **Konkretne:** Cele powinny być jasne i konkretne. Zamiast mówić: „Chcę poprawić swoją karierę”, określ, co dla Ciebie oznacza poprawa. Na przykład: „Chcę poprawić swoje umiejętności zarządzania projektami, kończąc certyfikowany kurs”.
- **Mierzalne:** Śledzenie postępów utrzymuje motywację na wysokim poziomie. Mierzalny cel może obejmować ukończenie trzech studiów przypadku w kursie zarządzania projektami lub uzyskanie ponad 80% punktów w testach ocen.
- **Osiągalne:** Cele powinny rozwijać Twoje umiejętności, ale pozostawać w realistycznych granicach. Jeśli masz wymagającą pracę, cel ukończenia certyfikacji w pełnym wymiarze godzin w ciągu dwóch tygodni może być nieosiągalny. Dostosuj ramy czasowe i zakres w taki sposób, aby upewnić się, że pasują do Twoich obecnych możliwości.
- **Istotne:** Cele powinny być zgodne z Twoimi szerszymi ambicjami życiowymi lub zawodowymi. Na przykład, jeśli chcesz zmienić branżę na technologię, cel poprawy umiejętności kodowania jest istotny; uzyskanie certyfikatu w niezwiązanej dziedzinie już takie nie będzie.
- **Ograniczone czasowo:** Każdy cel powinien mieć harmonogram jego osiągnięcia. Niezależnie od tego, czy jest to trzymiesięczny kurs, czy roczny plan budowania umiejętności, posiadanie terminu tworzy poczucie pilności.

Technika WOOP (życzenie, wynik, przeszkoda, plan)

Skuteczną metodą wyznaczania celów jest technika WOOP, co oznacza Wish (życzenie), Outcome (wynik), Obstacle (przeszkoda) i Plan (plan). To podejście zaczyna się od zidentyfikowania życzenia — głównego celu — i wizualizacji pozytywnego wyniku, jaki ono ze



sobą niesie, takiego jak satysfakcja z awansu. Następnie bierzesz pod uwagę potencjalne przeszkody, czy to wewnętrzne, takie jak zwlekanie, czy zewnętrzne, takie jak ograniczona liczba ofert pracy. Na koniec tworzysz plan pokonania tych przeszkód, taki jak zaplanowanie konkretnych godzin w tygodniu na zadania związane z celem. Łącząc WOOP z kryteriami SMART, opracowujesz ustrukturyzowane ramy, które zwiększają przejrzystość i prawdopodobieństwo osiągnięcia znaczącego sukcesu.

WOOP:

1. **Życzenie:** Zaczynij od tego, co chcesz osiągnąć. Może to być „otrzymanie awansu w mojej firmie”.
2. **Wynik:** Wyobraź sobie, jak ten sukces będzie wyglądał. Wyobraź sobie, jak awans zwiększy Twoją satysfakcję z pracy, jakie przyniesie nowe obowiązki i jak wzmocni twój potencjał.
3. **Przeszkoda:** Zidentyfikuj przeszkody – zarówno wewnętrzne (np. odkładanie spraw na później), jak i zewnętrzne (np. ograniczona liczba ofert pracy).
4. **Plan:** Utwórz plan pokonania każdej przeszkody. Na przykład, zarezerwuj konkretne godziny w tygodniu na pracę nad projektem rozwoju zawodowego, który jest zgodny z wymogami awansu.

II. Identyfikacja możliwych obszarów rozwoju

Identyfikacja obszarów rozwoju to złożony proces wykraczający poza podstawową samoocenę i analizę branży. Na początek należy zrozumieć, że obszary rozwoju nie ograniczają się wyłącznie do umiejętności technicznych — obejmują one umiejętności miękkie, wartości osobiste, inteligencję emocjonalną i zdolność adaptacji, które są coraz bardziej poszukiwane w nowoczesnych środowiskach pracy. Na przykład inteligencja emocjonalna, obejmująca samoświadomość, samoregulację, empatię i umiejętności społeczne, stała się obszarem centralnym dla ról przywódczych i zespołowych. Ocena cech osobistych, takich jak odporność, radzenie sobie ze stresem i komunikacja, może pokazać obszary możliwe do rozwoju, które mają znaczący wpływ na to, jak skutecznie współpracujesz i przewodzisz innym. Te umiejętności miękkie często wymagają ciągłego rozwoju i można je wzmocnić poprzez ćwiczenia praktyczne, takie jak trening uważności, praktyka aktywnego słuchania i techniki budowania empatii.

Ponadto wykorzystanie danych i analiz w samoocenie może zapewnić obiektywizm procesu. Narzędzia takie jak kwestionariusze samooceny, testy osobowości i aplikacje do oceny umiejętności dostarczają



wymiernych spostrzeżeń na temat mocnych i słabych stron. Na przykład ocena umiejętności może ujawnić, że chociaż posiadasz biegłość na poziomie średnio zaawansowanym w wymaganym narzędziu (takim jak Excel lub CRM), osiągnięcie kompetencji na poziomie eksperckim może zwiększyć Twoją wydajność i otworzyć drzwi do ról wyższego szczebla. Podobnie oceny osobowości, takie jak Myers-Briggs Type Indicator (MBTI) lub test osobowości Wielka Piątka, mogą dostarczyć cenne wskazówki na temat tego, w jaki sposób Twoje naturalne tendencje mogą wpływać na nawyki pracy, podejmowanie decyzji i style interakcji. Informacje te pomagają w ustalaniu konkretnych, mierzalnych celów, które wykraczają poza powierzchowne ulepszenia, umożliwiając profesjonalne i precyzyjne podejście do rozwoju.

Mapowanie kariery to kolejna strategia, która pomaga w identyfikacji obszarów rozwoju, szczególnie dla tych, którzy chcą zmienić rolę lub branżę. Analizując ścieżki kariery osób odnoszących sukcesy na pożądanym stanowiskach, możesz zidentyfikować wspólne umiejętności, kwalifikacje i doświadczenia, które ukształtowały ich podróż. Narzędzia takie jak *LinkedIn's*, *Career Explorer* lub branżowe przewodniki po rozwoju kariery, które mogą podpowiedzieć, jakie kwalifikacje i umiejętności są niepodlegające negocjacji w pożądanym dziedzynie. Na przykład ktoś, kto aspiruje do przejścia z zarządzania ogólnego do zarządzania produktem, może odkryć, że umiejętności w zakresie metodologii, zasad doświadczenia użytkownika (UX) i analizy danych są krytyczne i należy je rozwijać.

Na koniec, warsztaty rozwoju zawodowego, webinaria i programy certyfikacyjne zapewniają bezpośrednią drogę do nabycia umiejętności i oferują wgląd w to, które kompetencje są coraz bardziej cenione. Wiele branż uznaje obecnie certyfikaty za wskaźniki specjalistycznej wiedzy, co czyni je cennymi dodatkami do każdego planu rozwoju. Uczestnictwo w konferencjach branżowych i wydarzeniach networkingowych może również zapewnić Ci informacje o nowych narzędziach, metodologiach i pojawiających się trendach, które mogą podpowiedzieć nowe obszary do rozwoju. Poprzez połączenie wewnętrznych ocen, zewnętrznych punktów odniesienia i ciągłych możliwości uczenia się, identyfikacja i rozwijanie określonych obszarów sprawi, że Twoje wysiłki na rzecz samorozwoju będą kompleksowe i dostosowane zarówno do osobistych ambicji, jak i wymagań branży.



Schemat tworzenia indywidualnego planu działania

Po ustaleniu celów i zidentyfikowaniu obszarów wymagających poprawy, następnym krokiem jest stworzenie ustrukturyzowanego planu działania. Zaczynij od uporządkowania celów na podstawie priorytetów i terminów, skupiając się na najbardziej pilnych lub ograniczonych czasowo zadaniach. Na przykład, jeśli masz długoterminowy cel nauki języka i krótkoterminowy cel ukończenia kursu certyfikacyjnego, ustal kurs jako priorytet, aby osiągnąć szybką nagrodę. Po ustaleniu priorytetów celów podziel je na mniejsze, ale możliwe do opanowania zadania. Dzięki temu duże cele wydają się osiągalne i zmniejsza się poczucie przytłoczenia. Jeśli Twoim celem jest opanowanie nowego oprogramowania, możesz podzielić je na „Ukończ kurs samonauki”, „Ćwicz na małym projekcie” i „Poszukaj opinii u mentora”.

Aby zapewnić stały postęp, stwórz systemy odpowiedzialności. Mentorstwo jest skuteczną formą odpowiedzialności; mentor może zapewnić ci wskazówki, wsparcie i delikatne popychanie w kierunku ukończenia zadań. Narzędzia cyfrowe, takie jak menedżerowie zadań, dzienniki lub aplikacje do śledzenia celów, również pomagają w byciu na bieżąco z zadaniami i terminami. Regularne „odprawy” są niezbędne do monitorowania postępów, pozwalając



cieszyć się z małych zwycięstw i wprowadzać niezbędne zmiany. Plan działania służy jako mapa drogowa, pomagając Ci pozostać skupionym i zaangażowanym, zapewniając jednocześnie stały ruch w kierunku Twoich celów.

III. Metody aktywnego poszukiwania pracy

Na dzisiejszym konkurencyjnym rynku pracy poszukiwanie odpowiedniego stanowiska wymaga czegoś więcej niż tylko składania CV; wymaga strategicznego i proaktywnego podejścia. Przy wielu kandydatkach ubiegających się o te same stanowiska, osoby poszukujące pracy muszą wykorzystać różne metody, aby się wyróżnić. Networking jest kluczowy, ponieważ zapewnia okazje do odkrywania ukrytych ofert pracy, nawiązywania cennych kontaktów i budowania relacji w obrębie branż. Współpraca z profesjonalistami poprzez wydarzenia networkingowe, wywiady informacyjne i platformy internetowe pozwala kandydatom uzyskać wgląd w bieżące trendy rynkowe i pożądane umiejętności.

Ponadto korzystanie z portali wyszukiwania pracy, takich jak LinkedIn, Indeed, Glassdoor, Pracuj.pl jest niezbędne do uzyskania dostępu do szerokiej gamy możliwości. Ustawianie alertów na tych platformach umożliwi szybkie informowanie o odpowiednich ofertach i sprawia, że możesz działać szybko. Media społecznościowe stały się również potężnym narzędziem w procesie poszukiwania pracy; dobrze zoptymalizowany profil LinkedIn może znacznie zwiększyć twoją widoczność dla rekruterów. Aktywne uczestnictwo w dyskusjach i dzielenie się osiągnięciami zawodowymi dodatkowo pokaże obecność kandydata w jego dziedzinie.

Dopasowanie aplikacji do opisów stanowisk to kolejna kluczowa strategia. Poprzez włączenie określonych słów kluczowych i wyróżnienie odpowiednich doświadczeń, kandydaci mogą zwiększyć swoje szanse na przejście przez systemy śledzenia kandydatów (ATS) i zwrócenie uwagi menedżerów ds. rekrutacji. Monitorowanie aplikacji i rozmów kwalifikacyjnych pokazuje profesjonalizm i wzmacnia zainteresowanie potencjalnymi rolami.

Ostatecznie skuteczne poszukiwanie pracy jest powiązane z samorozwojem. Poprzez wyznaczenie jasnych celów i zaangażowanie się w ukierunkowaną samoocenę kandydaci mogą tworzyć ustrukturyzowane plany, które pokierują ich podróżą. Konsekwentne wdrażanie tych strategii nie tylko zwiększa perspektywy zatrudnienia, ale także sprzyja rozwojowi osobistemu i awansowi zawodowemu. W tym rozdziale przyjrzymy się podstawowym elementom aktywnego poszukiwania pracy i temu, jak mogą one prowadzić do większego sukcesu w Twojej karierze.



1. Networking

Networking jest podstawą skutecznego poszukiwania pracy. Badania pokazują, że duży odsetek ofert pracy jest obsadzany poprzez polecenia, często zanim oferty pracy zostaną publicznie ogłoszone. Networking otwiera drzwi do tego ukrytego rynku pracy.

- Stowarzyszenia zawodowe: Dołączenie do stowarzyszeń branżowych daje dostęp do wydarzeń networkingowych, warsztatów i forów, na których możesz nawiązać kontakt z innymi osobami w swojej dziedzinie. Wiele stowarzyszeń ma również tablice ogłoszeń o pracę i programy mentoringowe. Aktywność w tych grupach zwiększa widoczność i daje możliwości zaprezentowania swoich umiejętności.

- Konferencje, warsztaty i webinaria: Te wydarzenia nie tylko mają charakter edukacyjny, ale także pozwalają poznać osoby o podobnych zainteresowaniach zawodowych. Udział w nich może zapewnić wgląd w bieżące potrzeby i trendy w branży. Podczas lub po tych wydarzeniach skontaktuj się z mówcami lub uczestnikami na LinkedIn, wysyłając spersonalizowaną wiadomość, aby nawiązać lub podtrzymać kontakt.

- Wywiady informacyjne: Prośba o wywiady informacyjne to bezpośredni sposób na poznanie konkretnych ról, firm lub branż, jednocześnie na budowanie relacji zawodowych. Prosząc o wywiad informacyjny, wyraż szczerą ciekawość i jasno określ, czego chcesz się dowiedzieć. Po rozmowie napisz notatkę z podziękowaniami, wyrażając uznanie i pozostawiając otwarte drzwi na przyszłą interakcję.

2. Portale do szukania pracy online

Portale pracy online są nieocenione w procesie poszukiwania pracy. Jednak, aby w pełni z nich skorzystać, niezbędne jest strategiczne podejście.

- Skonfiguruj alerty dotyczące pracy: Większość portali, takich jak LinkedIn, Indeed i Glassdoor, pozwala skonfigurować niestandardowe alerty na podstawie stanowiska, lokalizacji, wynagrodzenia lub innych preferencji. Te alerty oszczędzają czas, dostarczając odpowiednie oferty pracy bezpośrednio do Twojej skrzynki odbiorczej, co pozwala na szybkie aplikowanie.

- Zoptymalizuj swoje profile: Upewnij się, że Twój profil na portalach i na tablicach ogłoszeń o pracę podkreśla istotne doświadczenia i umiejętności. Używaj słów kluczowych związanych z pożądanymi przez Ciebie rolami, aby poprawić widoczność w wyszukiwaniach rekruterów. Na przykład zamiast po prostu wymieniać stanowisko jako „Marketing Manager”, opisz je szczegółowo, np. „Marketing Manager | Digital Campaigns | Data-Driven Strategies”.



- Profile firm badawczych: Wiele portali internetowych zawiera recenzje firm, informacje o wynagrodzeniach i opinie pracowników. Ich przeglądanie może zapewnić lepsze zrozumienie kultury firmy, wskaźników wynagrodzeń i oczekiwań dotyczących rozmów kwalifikacyjnych.

3. Bezpośredni kontakt

Bezpośrednie kontakt może być skutecznym sposobem na dostęp do nieogłaszanych ofert i wykazanie się inicjatywą wobec potencjalnych pracodawców. To podejście może wydawać się na początku onieśmielające, ale może być bardzo skuteczne.

- Zimne e-maile: Dobrze napisany zimny e-mail do kierowników ds. rekrutacji lub kierowników działów może wyróżnić Cię na tle innych kandydatów. Zacznij od przedstawienia się i krótkiego wyjaśnienia, dlaczego się z nimi kontaktujesz. Wyraź konkretne zainteresowanie firmą i dopasuj swoje doświadczenie lub umiejętności do jej celów. Bądź zwięzły, pełen szacunku i konkretny w kwestii tego, czego szukasz (np. aby dowiedzieć się więcej o przyszłych ofertach pracy lub potencjalnej pracy na własny rachunek).

- Follow-up: Po przesłaniu aplikacji lub udziale w rozmowie kwalifikacyjnej, przemyślany follow-up może zrobić silne wrażenie. W follow-up e-mailu krótko powtórz swój entuzjazm dla oferty i wspomnij o wszelkich dodatkowych istotnych kwalifikacjach lub doświadczeniu, które mogły pojawić się od czasu złożenia aplikacji. Wysłanie follow-upu po jednym lub dwóch tygodniach pokazuje, że jesteś proaktywny i zainteresowany.





4. Aplikacje dostosowane do potrzeb

Dopasowanie każdej aplikacji do konkretnego stanowiska jest kluczowe, ponieważ pozwala wyróżnić się w morzu kandydatów.

- Dostosowanie CV i listu motywacyjnego: Zamiast używać ogólnego CV i listu motywacyjnego, dostosuj te dokumenty do każdego stanowiska, skupiając się na odpowiednich osiągnięciach i obowiązkach. Na przykład, jeśli stanowisko kładzie nacisk na umiejętności zarządzania projektami, wyróżnij konkretne projekty, w których kierowałeś zespołami lub zarządzałeś harmonogramami. Użyj punktatorów, aby ułatwić przeglądanie kluczowych osiągnięć.

- Optymalizacja słów kluczowych: Wiele firm korzysta z systemów śledzenia kandydatów (ATS) w celu filtrowania CV na podstawie słów kluczowych. Przystuduj opis stanowiska i uwzględnij podobne sformułowania w swoim CV. Jeśli opis stanowiska podkreśla „przywództwo” i „współpracę zespołową”, koniecznie wspomnij o przypadkach, w których wykazałeś się tymi umiejętnościami.

- Określ ilościowo osiągnięcia: Pracodawcy doceniają mierzalne wyniki. Zamiast mówić „Poprawa sprzedaży”, spróbuj powiedzieć „Wzrost sprzedaży o 30% w ciągu pierwszych sześciu miesięcy dzięki wdrożeniu kampanii marketingowej opartej na danych”.

5. Wykorzystanie mediów społecznościowych

Media społecznościowe, szczególnie LinkedIn, mogą odgrywać znaczącą rolę w aktywnym poszukiwaniu pracy. Budowanie obecności online i angażowanie się w treści branżowe może zwiększyć Twoją widoczność dla potencjalnych pracodawców.

- Optymalizacja profilu LinkedIn: Użyj profesjonalnego zdjęcia profilowego, napisz przekonujący nagłówek, który odzwierciedla Twoje doświadczenie i stwórz podsumowanie, które pokaże Twoje umiejętności, osiągnięcia i to, czego szukasz. Regularnie aktualizuj swoje doświadczenie i dodawaj szczegóły pod każdym stanowiskiem, aby pomóc rekruterom zrozumieć Twoje doświadczenie.

- Udostępnianie treści i zaangażowanie: Udostępniaj artykuły branżowe, komentuj posty i angażuj się w grupy LinkedIn związane z Twoją dziedziną. Publikowanie lub komentowanie istotnych tematów może ugruntowywać Twoją pozycję jako doświadczonego profesjonalisty w Twojej branży. Jeśli masz doświadczenie w danej dziedzinie, rozważ pisanie postów lub artykułów na LinkedIn, co zwiększy widoczność Twojego profilu.



- Angażuj się w strony firmowe: obserwuj firmy, którymi jesteś zainteresowany, i angażuj się w ich posty, lubiąc je lub komentując je z rozwagą. Dzięki temu rekruterzy i menedżerowie ds. zatrudnienia w tych firmach mogą poznać Twoje nazwisko.

6. Targi pracy i wydarzenia rekrutacyjne

Targi pracy, czy to wirtualne, czy osobiste, są świetnym sposobem na nawiązanie kontaktu z pracodawcami i bezpośrednie zapoznanie się z ofertami pracy. Przygotowanie się z wyprzedzeniem i proaktywne działanie może zmaksymalizować Twój wysiłek.

- Badanie firm: Przed pójściem na targi pracy przejrzyj listę uczestniczących firm i zbadaj te, którymi jesteś zainteresowany. Przygotuj pytania dotyczące ich otwartych stanowisk, kultury pracy lub ścieżek kariery w firmie. To przygotowanie pokazuje twoje zainteresowanie i pomaga ci wywrzeć pozytywne wrażenie.

- Przygotowanie swojej prezentacji "w windzie": Prezentacja w windzie to 30-60-sekundowe podsumowanie tego, kim jesteś, jakie jest twoje doświadczenie zawodowe i czego szukasz. Przećwicz tę prezentację, aby móc pewnie i zwięźle się przedstawić.

- Zbieranie i śledzenie: Poproś o dane kontaktowe rekruterów, z którymi rozmawiasz i skontaktuj się z nimi w ciągu tygodnia. Odwołaj się do rozmowy, aby odświeżyć ich pamięć i wyrazić swoje ciągłe zainteresowanie wszelkimi otwartymi stanowiskami.

7. Ciągła nauka

Ciągła edukacja nie tylko rozwija Twoje umiejętności, ale także pokazuje potencjalnym pracodawcom, że jesteś zaangażowany w samodoskonalenie.

- Kursy online i certyfikaty: Witryny takie jak Coursera, LinkedIn Learning i Udemy oferują niedrogie kursy w wielu dziedzinach. Zdobyć certyfikatu potwierdzającego posiadanie pożądanej umiejętności, takiej jak analiza danych, kodowanie lub marketing cyfrowy, może sprawić, że stajesz się bardziej atrakcyjnym kandydatem.

- Wolontariat lub staże: Nawet jeśli są niepłatne, staże lub bycie wolontariuszem pozwalają zdobyć praktyczne doświadczenie, nawiązać kontakty i wzbogacić swoje CV. Jeśli przechodzisz do nowej dziedziny, wolontariat w organizacji, która wykorzystuje umiejętności, które rozwijasz, jest świetnym sposobem na zdobycie odpowiedniego doświadczenia.

- Budowanie portfolio: W przypadku dziedzin kreatywnych, takich jak projektowanie lub pisanie, a nawet dziedzin takich jak zarządzanie projektami, rozważ stworzenie portfolio, które pokaże Twoje umiejętności. Jeśli nie masz próbek pracy, stwórz projekty próbne lub studia przypadków, które pokażą, co potrafisz.



8. Wykorzystanie rekruterów i łowców głów

Profesjonalni rekruterzy często mają dostęp do ekskluzywnych ofert pracy i mogą zapewnić spersonalizowaną pomoc w dopasowaniu kandydata do odpowiedniej roli.

- Wybór właściwego rekrutera: Zbadaj rekruterów, którzy specjalizują się w Twojej branży lub pożądanej roli. Wyślij im spersonalizowany e-mail wprowadzający i kopię swojego CV. Buduj relacje, komunikując swoje cele zawodowe i pozostając otwartym na ich rady.
- Regularna komunikacja: Bądź w kontakcie ze swoim rekruterem, informując o postępach w poszukiwaniach pracy. Rekruterzy chętniej pomyślą o Tobie w kontekście nowych możliwości, jeśli jesteś w czołówce ich myśli.

9. Utrzymywanie zorganizowanego podejścia

Poszukiwanie pracy może być przytłaczające, dlatego ważne jest, aby zachować porządek, aby śledzić aplikacje i kontynuować wysiłki związane z nawiązywaniem kontaktów i działania następcze.

- Narzędzia śledzenia: Użyj arkusza kalkulacyjnego lub narzędzia do zarządzania projektami, takiego jak Trello lub Asana, aby rejestrować każdą aplikację o pracę, w tym nazwę firmy, stanowisko, datę aplikacji i status dalszych działań. Pomaga to monitorować terminy i sprawdzać, na jakim etapie procesu aplikacji się znajdujesz.
- Wyznaczanie celów aplikacji: Staraj się aplikować na określoną liczbę ofert pracy w tygodniu, nawiązywać kontakty z nowymi osobami i regularnie się z nimi kontaktować. Śledzenie tych działań pomaga utrzymać dynamikę.
- Refleksja nad opiniami: Prowadź notatki na temat wszelkich opinii, które otrzymujesz, czy to z rozmów rekrutacyjnych czy czatów informacyjnych. Wykorzystaj te opinie, aby ulepszyć przyszłe aplikacje lub wyniki rozmów kwalifikacyjnych.

Wnioski

Wejście na ścieżkę samorozwoju to coś więcej niż tylko zobowiązanie do nauki nowych umiejętności; to podróż przekształcania potencjału w cel, a marzeń w rzeczywistość. Narzędzia i techniki w tym rozdziale — od wyznaczania celów za pomocą SMART i WOOP po aktywne budowanie relacji biznesowych i kształtowanie unikalnej ścieżki kariery — dają Ci możliwość przejęcia kontroli nad swoją przyszłością z jasnością i pewnością siebie. Każdy krok, który podejmujesz, każda umiejętność, którą rozwijasz, przybliży Cię do osoby, którą pragniesz się stać, wspierając odporność i otwierając drzwi do możliwości, których nigdy sobie nie wyobrażałeś.



Wkraczając na ścieżkę samorozwoju, nie tylko inwestujesz w satysfakcjonującą karierę, ale także tworzysz życie, które odzwierciedla Twoje pasje, wartości i aspiracje. Ta podróż wyposaża Cię w odwagę stawiania czoła wyzwaniom, wdzięczność w dostosowywaniu się do zmian i wywieraniu pozytywnego wpływu na świat wokół Ciebie. Pamiętaj, że samorozwój nie jest celem ostatecznym — to przygoda trwająca całe życie, która staje się bogatsza z każdym nowym spostrzeżeniem i osiągnięciem. Niech to będzie Twoje zaproszenie do śmiałego marzenia, celowej pracy i pewnego wkroczenia w przyszłość, którą sobie wyobraziłeś.



Bibliografia

Adler, L. (2022). *Zatrudniaj z głową: wykorzystanie rekrutacji opartej na wynikach do budowania świetnych zespołów*. John Wiley & Sons.

Boes, SR, VanZile-Tamsen, C., & Jackson, CM (2001). Rozwój portfolio dla doradców szkolnych XXI wieku. *Professional School Counseling*, 4 (3), 229.

Bolles, RN (2022). *Jaki kolor ma Twój spadochron? Praktyczny podręcznik dla osób poszukujących pracy i zmieniających karierę*. Ten Speed Press.

Brown, D. (2023). *Nawigacja po targach pracy i wydarzeniach kariery: wskazówki dotyczące przygotowań dla osób poszukujących pracy*. CareerOneStop. Departament Pracy USA. Pobrano z <https://www.careeronestop.org>

Clear, J. (2018). *Atomic Habits: łatwy i sprawdzony sposób na budowanie dobrych nawyków i przełamywanie złych*. Avery.

Cooper, D. (2020). *Dostosowywanie CV w celu ominięcia systemów śledzenia kandydatów*. Jobscan. Pobrano z <https://www.jobscan.co>

Kosztero. (2018, 15 marca). *CV Europass: quali vantaggi nella sua compilazione?*

Cross, R. i Thomas, RJ (2016). *Siła niewidzialnych sieci: wykorzystanie relacji w poszukiwaniu pracy*.

Doyle, A. (2021). *Strategie i techniki poszukiwania pracy na konkurencyjnym rynku pracy*. The Balance Careers. Pobrano z <https://www.thebalancecareers.com>

Duckworth, A. (2016). *Grit: siła pasji i wytrwałości*. Scribner.

Etjca. (2023, 15 marca). *CV Europass: utilizzarlo o non utilizzarlo, questo è il dilemma* .

Komisja Europejska. (nd). *Cos'è Europass* . Europass.

Gallo, A. (2018). *Jak śledzić aplikację o pracę*. Harvard Business Review. Pobrano z <https://www.hbr.org>

Krueger, J. (2022). *The Power of Networking: How Networking Helps Job Seekers Gain a Competitive Edge*. Harvard Business Review. Pobrano z <https://www.hbr.org>

LinkedIn Talent Solutions. (2023). *Jak korzystać z LinkedIn do wyszukiwania pracy: przewodnik, który pomoże osobom poszukującym pracy wykorzystać LinkedIn*. LinkedIn.



Margottini, M. (2024). Orientare e orientarsi: quale orientamento nelle „Linee guida”? *Annali online della Didattica e della Formazione Docente* , 16(28), 51–61.

Przeгляд Zarządzania MIT Sloan, 57(3), 43–52.

Ranieri, M. i Bruni, F. (2009). L'e-portfolio studentów uniwersyteckich wspiera proces kształcenia zawodowego. *Nauki o edukacji i społeczeństwo* , 1(2), 145-158. FrancoAngeli.

Renwick, M. (nd). *Cyfrowe portfolio w klasie: prezentacja i ocena prac uczniów* . Association for Supervision and Curriculum Development (ASCD).

Pellerey, M. (2018). *Dal diario al portfolio digitale: Il loro ruolo nella costruzione dell'identità professionale* . CNOS-FAP.