



@onadlaniej

Analiza ścieżki zawodowej

Renata Szatecka

ONADLANIEJ.PL

Cześć!

Nazywam się Renata Szatecka i przez ostatnie 10 lat miałam przyjemność prowadzić projekty jako Project Manager w obszarach dotyczących HR.

Ta praca pozwoliła mi na współpracę z setkami osób, które napotykały na różne wyzwania w swojej karierze zawodowej. Dotyczyły one między innymi wypalenia zawodowego, potrzeby rozwoju w nowym kierunku, czasami pracy bardziej zgodnej z trendami rynkowymi. Wspólnym mianownikiem wielu tych historii była silna potrzeba zmiany i większy wpływ na swoją ścieżkę zawodową.

Dzięki tej pracy sama odkryłam swoją misję, którą realizuję po dziś dzień - wspieranie kobiet w ich rozwoju zawodowym między innymi poprzez znajdowanie takiej ścieżki, która da im zadowolenie i satysfakcję z pracy

Jestem akredytowanym Coachem EMCC, mentorem kariery, a także wspieram klientów w budowaniu ich marki osobistej na etacie w zgodzie z mocnymi stronami Gallup.

Renata Szatecka





Wprowadzenie

Cześć!

Możliwe, że stoisz przed jednym z najważniejszych wyborów w swoim życiu – wyborem ścieżki zawodowej. Możliwe też, że obecna praca nie daje Ci już tego, czego potrzebujesz, albo po prostu czujesz, że nadszedł czas na zmianę.

Już na samym początku chciałabym Ci powiedzieć, że nie jesteś w tym sama! Wiele osób przechodzi przez te same dylematy i zмага się z podobnymi obawami.

Poza tym, mocno wierzę w to, że największy sukces w życiu osiągają te osoby, które nie boją się sięgać po swoje cele i marzenia. A celem może być tak samo spokojna praca bez napięć i stresu jak i praca w której będziesz się rozwijać i spełniać zawodowo.

I choć może się wydawać, że musisz wszystko zaplanować od A do Z, pamiętaj, że każda droga zawodowa jest procesem, podróżą pełną odkryć, na której pozwalasz sobie na zmiany i eksperymentowanie.

Gotowa? Zaczynamy!

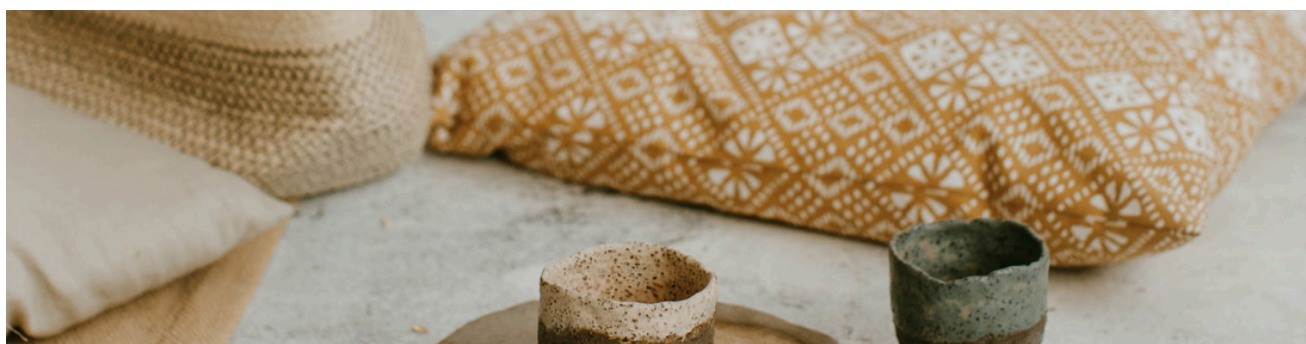
01 Mapa Twojej ścieżki zawodowej - prework

📌 Cel ćwiczenia:

To zadanie pomoże Ci z dystansem i spokojem spojrzeć na swoją drogę zawodową – od początku aż do teraz. Chodzi o to, żeby nie tylko przypomnieć sobie, co robiłaś/eś, ale też zobaczyć, co Cię motywowało, gdzie czułaś/eś się dobrze, a gdzie pojawiały się trudności.

👉 Instrukcja:

1. Weź kartkę (najlepiej A4) i narysuj poziomą oś – od lewej do prawej. To będzie oś Twojej historii zawodowej.
2. Po lewej stronie oznacz moment, kiedy zaczęła się Twoja pierwsza praca (może być też staż, praktyki, pierwsze działania związane z wyborem zawodu).
3. Zaznacz na osi wszystkie kluczowe punkty i momenty przełomowe. Mogą to być:
 - zmiany pracy,
 - awanse lub zmiany stanowisk,
 - okresy przerwy (np. urlop macierzyński, L4, wypalenie),
 - trudne momenty,
 - sukcesy, z których jesteś dumna/dumny.



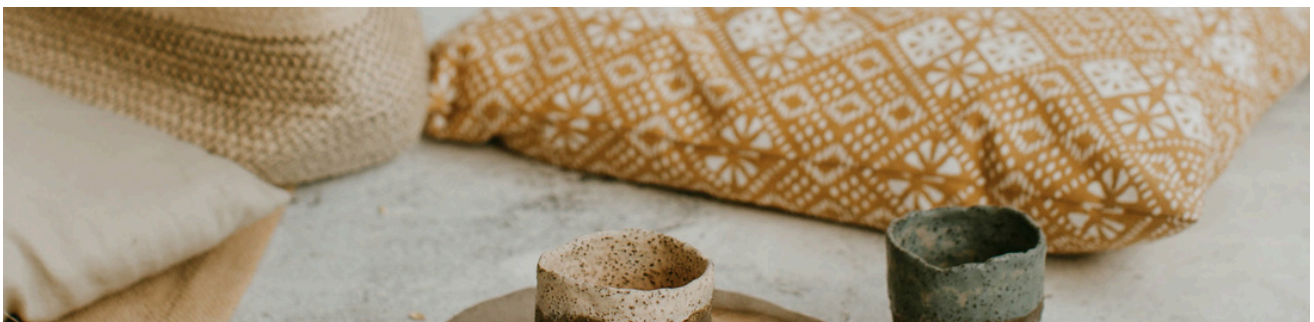
Dla każdego ważniejszego punktu zadaj sobie pytania (możesz je zapisać obok lub na osobnej kartce):

- Jak się czułam/em w tej pracy/okresie? (np. spełnienie, stres, frustracja, ekscytacja)
- Co mnie motywowało do działania? A co mnie męczyło?
- Dlaczego zdecydowałam/em się na zmianę? Co mnie do tego popchnęło?
- Jakie wartości były wtedy dla mnie najważniejsze? (np. stabilność, rozwój, bliskość, niezależność)
- Czy czułam/em, że jestem „na swoim miejscu”? Jeśli tak – co na to wpływało?

Już dzięki temu ćwiczeniu:

- Zobaczysz, jakie wzorce się powtarzają (np. co najczęściej pcha Cię do zmiany).
- Zidentyfikujesz swoje kluczowe potrzeby i wartości.
- Lepiej zrozumiesz, co działało – a co już nie ma prawa działać dla Ciebie w przyszłości.

Nie musisz wiedzieć wszystkiego ani mieć gotowych odpowiedzi – liczy się szczerłość i otwartość.



Dziękuję Ci za Twoją pracę i zaangażowanie w przepracowaniu ćwiczenia.

Samo to ćwiczenie, wykonane od deski do deski to kawał roboty i mocny początek. **Po jego wykonaniu często słyszę:**

Już wiem czego nie chcę w swojej pracy i co się powtarza w każdej!

Potrzebuję realnej zmiany

Nie chcę znowu powtarzać starej historii

I najlepsze jest to, że zmiana jest prostsza niż myślisz, ale żeby to zrobić potrzebna jest

STRATEGIA
STRUKTURA
KONSEKWENCJA

 Joanna Kłapyta

R&D Manager, Zarządzająca
funduszem VC



Rekomenduję współpracę z Renatą każdemu kto stoi przed wyborem swojej nowej ścieżki zawodowej.

Renata to kompetentna i merytoryczna coach, zaangażowana w 100%, niejednokrotnie wskazując świetne rozwiązania i rady. Merytoryczne przygotowanie i bogate doświadczenie zawodowe jest widoczne. **Pełen profesjonalizm.**



Dlatego przygotowałam 2 rozwiązania, które są poparte realnymi zmianami - zależnie od tego co potrzebujesz

Chcę zmienić pracę



Potrzebuję CV, które zainteresuje rekrutera



Chcę uporządkować LinkedIna



Chcę przygotować się do rozmowy rekrutacyjnej



chcę wiedzieć jak wygląda rynek pracy od strony rekrutera

Chcę znaleźć nowy pomysł na siebie i swoją drogę



Chcę zdefiniować swoje mocne strony



potrzebuję uporządkowania wiedzy o sobie - wizji i wartości



chcę lepiej wiedzieć jakie są trendy rynkowe

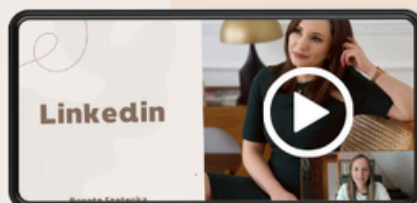
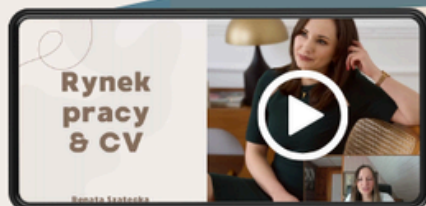


chcę lepiej zrozumieć siebie i swoje potrzeby



kurs online

ZMIANA PRACY



3
obszerne
moduły



KUP TERAZ

wystarczy
kliknąć

Dariusz Zduniuk

Dyrektor handlowy w Burda International Poland

Korzystałem z prowadzonego przez Renatę szkolenia z LinkedIn oraz audytu CV. Konsultacje prowadzone bardzo merytorycznie, ciekawie i w sympatycznej atmosferze. **Uzyskałem wiele cennych rad, które zmieniły moje postrzeganie procesu rekrutacji i pomogły go lepiej zrozumieć.** Szczególnie polecam współpracę z Renatą!

Jolanta Langowska – Żurakowska

Digital Project Manager w Orange Polska

Renata jest niezwykle profesjonalna. Potrafi w łatwy sposób przekazywać praktyczną wiedzę na temat budowania marki osobistej, a przy okazji posiada siódmy zmysł, dzięki któremu jest w stanie wydobyc i podkreślić zalety każdej osoby, z którą przyszło jej współpracować.

Magdalena Jachlewska

Specjalistka ds. dokumentacji

„Siła jest kobietą” – to hasło, które zostanie ze mną na zawsze, a które rozbudziła we mnie Renata. Nasza współpraca rozpoczęła się kilka miesięcy temu, kiedy byłam na etapie poszukiwania nowej pracy. Miałam mętlik w głowie, a ponieważ była to duża zmiana, zależało mi na tym, że podejść do tego profesjonalnie. Zgłosiłam się do Renaty, która bardzo szybko i konkretnie przedstawiła mi kolejne kroki działania. **Każde spotkanie wycisnęliśmy jak cytrynkę** – do ostatniej sekundy. Za każdym razem otrzymałam ogromną dawkę wiedzy i wsparcia. Poznałam sposoby działania, które zwiększały moją skuteczność. **Renata motywuje, zachęca, pokazuje różne możliwości i wreszcie dzieli się swoją wiedzą. Jest profesjonalistką w każdym calu, a przy tym niezwykle sympatyczną i pozytywną osobą.** Dzięki tej współpracy **znam nie tylko swoje mocne strony, ale też ograniczające przekonania, które często mnie blokowały.** Mam świadomość tego co jest dla mnie ważne, czego chcę i w którą stronę chcę iść. Renata, dziękuję. **A wszystkim, którzy zastanawiają się czy warto – polecam, bo to jedna z lepszych inwestycji w siebie.**

Monika Bodnar

Asystent biurowy w Sprint S.A.

Byłam u Pani Renaty na trzech webinarach dotyczących zmiany pracy oraz odbyłam sesję mentoringową. Jestem pod wrażeniem przekazanej wiedzy, empatii i profesjonalizmu Pani Renaty. **W jej pracy widać doświadczenie kilku lat pracy na HR-owych stanowiskach, ale najlepsze jest indywidualne podejście do każdej osoby. Polecam współpracę!**

Ewelina Włodarczyk

Polecam kurs online „Zmiana pracy na własnych zasadach”, którego miała przyjemność odbyć. Podczas kursu otrzymałam wiele kluczowych informacji na temat związanych z aktualnymi trendami na rynku pracy. Dzięki temu zdobyłam aktualną wiedzę na temat rynku pracy, która na pewno pomoże mi skutecznie szukać ofert pracy. Dodatkowo zostały omówione techniki radzenia sobie ze stresem. Cała wiedza została przekazana w sposób czytelny i przejrzysty. Dzięki temu kursowi

Kurs Online

JAK ODNALEŹĆ SWOJĄ DROGĘ



130
Minut
Nagrania

38
Stron
Ćwiczeń

KUP TERAZ

wystarczy
kliknąć

 **Agata Puchalska**
PMO w Accenture



Renata to kompetentna i niezwykle empatyczna doradczyni i trenerka. Praca z nią była dla mnie niezwykle wartościowa. **Renata wzmocniła mnie jako kobietę na rynku pracy.** Widać, że wspieranie innych kobiet to jej pasja. **Praca z nią autentycznie uskrzydla,** pomaga zbudować pewność siebie i wyposaża w pakiet praktycznych umiejętności. Polecam współpracę z Renatą z całego serca!

 **Paweł Frankowski**
Fizjoterapeuta



Jeśli szukasz ukierunkowania co do dalszej swojej kariery to zdecydowanie polecam Renatę. **Jej optymizm, profesjonalizm i podejście jest na poziomie MASTER** w bardzo łatwy sposób potrafi przekazać wiedzę, na wiele problemów potrafi patrzeć szerszym kątem dając jednocześnie do myślenia, zachęca do działania :). Atmosfera na spotkaniach przyjazna i luźna i nie ma nad czym się zastanawiać tylko wbić na profil, pisać sms, emaila i umawiać się na spotkanie masz gwarancję 1000% że spotkasz się z pełnym profesjonalizmem.

Nie mogę się doczekać aż pokażę Ci więcej!

Dlatego zapraszam Cię na Instagrama, gdzie dzielę się swoim doświadczeniem codziennie. A reko potwierdzają, że warto



Dorota Rogińska
Biosafety Specialist

opinia Doroty →
Bardzo polecam współpracę z Renatą. Korzystałam zarówno z indywidualnych sesji, jak i kursu online. Renata pomogła mi odnaleźć się na rynku pracy po rocznej przerwie w karierze. Była wsparciem w całym procesie szukania pracy, zarówno merytorycznym, jak i mentalnym - dopingowała mi na każdym etapie rekrutacji. Gorąco polecam Renatę jako mentora kariery dla tych, którzy szukają profesjonalizmu, zaangażowania i przede wszystkim rezultatów.



Kasia Szafrńska
IT Project Manager

opinia Kasi →
Renata wyróżnia się profesjonalizmem, empatią oraz ogromnym zaangażowaniem w pracę z klientem. Jej merytoryczna wiedza oraz praktyczne podejście sprawiają, że proces współpracy jest nie tylko skuteczny, ale również bardzo inspirujący. Dzięki wsparciu Renaty nauczyłam się korzystać z wielu użytecznych narzędzi, które pozwoliły mi w pełni przygotować się do nowych wyzwań zawodowych. Zdecydowanie polecam współpracę z Renatą wszystkim, którzy szukają wsparcia na swojej drodze zawodowej.

