

doktoranuszoknak
posztdokoknak

INDUL AZ 5. TANFOLYAM!

ÉLETPÁLYA TERVEZŐ

Legyél hatékonyabb az oktatói-kutatói-egyetemi életben!

- 5 héten át 4 órás workshopok és heti rendszerességű otthoni feladatok vagy 2,5 nap intenzív munka
- plusz 1 alkalom egyéni záró coaching

2023. szeptember végén újra indulunk!

Ne maradj le a 12 fő csapatból!

Jelentkezz be mailben: sellei.beatrix@gtk.bme.hu

vagy itt: <https://forms.gle/FBJWR55bwa483SLT6>

self branding
design thinking
burn out

EGYETEMI ÉLETPÁLYA TERVEZŐ

Jelentkezz, ha:
- elakadtál a karrieredben
- inspirációra vágysz, hogy
tovább fejlődhess
- szeretnél szintet lépni
- úgy érzed újra kellene
tervezned

WORKSHOP SOROZAT

MIRE SZÁMÍTHATSZ?

Tudatosabb és hatékonyabb leszel az egyetemi-oktatói-
kutatói életedben!

- kezdés előtt rövid motivációs beszélgetés
- 1. lépés: kapsz egy helyzetképet a karriereddel kapcsolatban
- 2. lépés: megkeressük az ideális karrierutadat
- 3. lépés: élő könyvtárat szervezünk sikeres oktató-kutatókból,
hogy közelebb kerülhess az ideálhoz
- 4. lépés: összeegyeztetjük a rugalmasságot a hatékony
időmenedzsmenttel
- 5. lépés: fókuszba helyezzük az önmenedzsmentet, hogy a
sikerek mellett a lelki egészséged is megmaradjon
- plusz 1 alkalom egyéni záró coaching
- és 2 profi tréner-coach, akik maguk is a BME színeiben
versenyeznek

Összegezve:

- 2 egyéni beszélgetés, 20 óra kiscsoportos workshop,
valamint otthoni feladatok
- azaz magadra szánsz teljes figyelemmel és elköteleződéssel
40 órát és cserébe szárnyakat kapsz

Időpontok:

Klasszikus: 09.26. / 10.03. / 10.10. / 10.17. / 11.07. - 9:30-12:30 között
Intenzív: 09.23. - 9:30-16:30 / 10.06. - 9:30-12:30 / 10.07. - 9:30-16:30