

**DZIENNIK**  
**POSZUKIWACZA**  
*wymarzonej*  
**PRACY**

Właściciel tego dziennika to:

Copyright © Anna Maciąg-Pazik & Lubelska Fundacja Rozwoju

Grafika: Agata Czeronko

Publikacja wydana przez Lubelską Fundację Rozwoju

Lublin 2018

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego z Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020

*Witaj!*

Zapraszam Cię **DZIŚ**, właśnie dziś, a nie jutro czy za miesiąc, do przygody pod tytułem: **poszukiwanie wymarzonej pracy!** Bez względu na to, czy chcesz rozpocząć swoją aktywność zawodową za miesiąc, za pół roku, za rok, czy za lat pięć, właśnie dziś proponuję Ci: zaangażuj się w pisanie **DZIENNIKA POSZUKIWACZA WYMARZONEJ PRACY**.

Zrób wysiłek intelektualny, poświęć codziennie kwadrans przez 6 tygodni, czyli przez 42 dni (w sumie tylko 630 minut Twojego życia) a Twój trud będzie procentować do końca Twojego życia a może i dłużej?

Po co?

- WARTO POZNAĆ SIEBIE, SWOJE POTRZEBY I PRAGNIENIA,
- WARTO ZWERBALIZOWAĆ / SKONKRETYZOWAĆ / ODKRYĆ SWOJE MARZENIA,
- WARTO ODNALEŹĆ SWOJE PASJE I ROZPOZNAĆ SWOJE TALENTY,
- WARTO OKREŚLIĆ SWÓJ ŻYCIOWY CEL,

BO:

- DZIĘKI TEMU, MOŻESZ STWORZYĆ SWOJĄ OSOBISTĄ MAPĘ DO SKARBU
- TYM SKARBEM JEST PRACA, KTÓRA BĘDZIE TWOJĄ PASJĄ
- MOŻESZ W ŻYCIU ROBIĆ COŚ, CO KOCHASZ!!!

Wiedząc, co jest dla Ciebie sukcesem – osiągniesz go. Wiedząc, co jest Twoim marzeniem – zrealizujesz je. Wiedząc, co jest Twoją pasją, możesz **MIEĆ PASJONUJĄCĄ PRACĘ**

Możesz mieć radość z życia i do pracy chodzić z wielką chęcią, być szczęśliwym mimo trudności, których w dorosłym życiu nie brakuje. Naprawdę jest to możliwe. Tylko musisz wiedzieć, wiedzieć, wiedzieć...

**Ale żadna wiedza sama nie przychodzi, dlatego proponuję Ci udział w tym 42-dniowym WYZWANIU.**

No to co? Wchodzisz w to? Zaczynamy?



*powodzenia!*  
*Anna Maciag-Pazik*

**LISTA SPRAWDZAJĄCA.**

**Na poniższej liście regularnie zaznaczaj realizację zadań z poszczególnych dni.  
Zaznacz V jeśli zrealizujesz zadanie, wpisz także datę.**

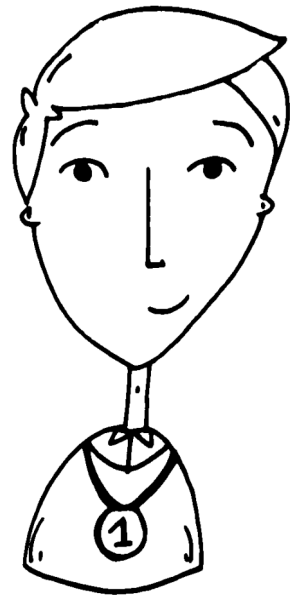
1	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
5	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
6	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
7	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
8	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
9	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
10	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
11	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
12	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
13	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
14	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>

15	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
16	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
17	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
18	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
19	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
20	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
21	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
22	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
23	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
24	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
25	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
26	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
27	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
28	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>

29	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
30	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
31	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
32	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
33	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
34	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
35	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
36	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
37	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
38	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
39	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
40	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
41	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
42	<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>

**Tydzień 1**

*Poznaj  
i doceń  
siebie*



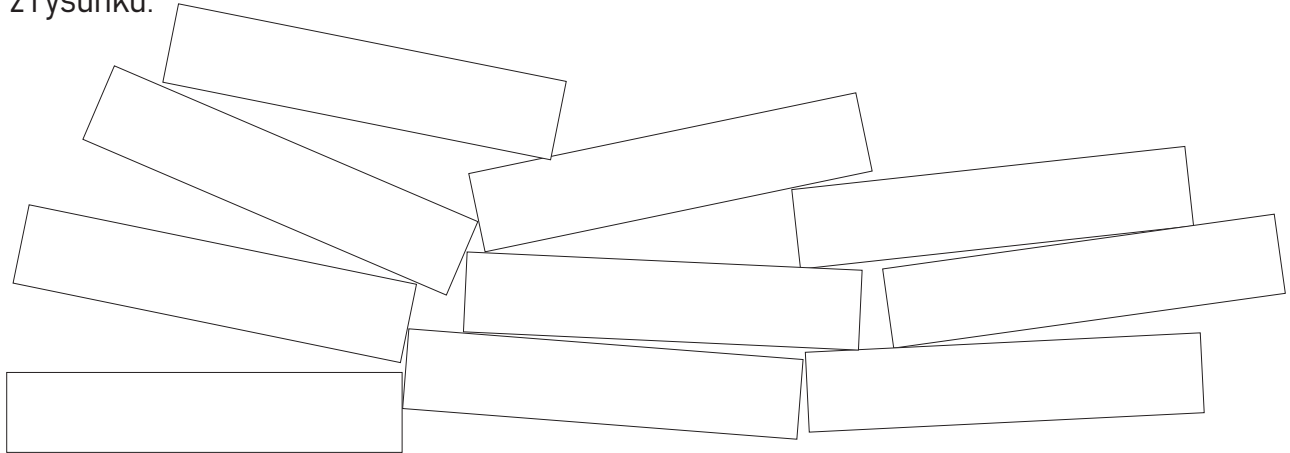
**Bądź sobą.  
Wszyscy inni są już zajęci**  
*Oscar Wilde*

# Dzień 1. Data: .....

## Zadanie:

Narysuj twarz najważniejszej dla Ciebie na tym świecie osoby: NARYSUJ SIEBIE SAMEGO w dowolny sposób, bez względu na to, czy umiesz rysować, czy niekoniecznie.

A teraz spójrz na autoportret i wypisz 10 cech (mogą to być wszelkie cechy – charakteru, wyglądu, umiejętności, zdolności itd.), za które lubisz osobę z rysunku.



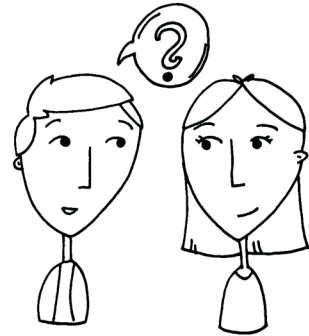
**Gratulacje! Pierwsze zadanie za Tobą. Za jego wykonanie otrzymujesz 5 punktów!**

## Dzień 2. Data: .....

### Zadanie:

Przeprowadź króciutki wywiad z jedną osobą, która zna Cię od dzieciństwa (np. z mamą, tatą, babcią, dziadkiem, ciocią, wujkiem, chrzestnym, sąsiadką itd) i uzupełnij odpowiedzi.

Jeśli nie możesz znaleźć nikogo z kim przeprowadzić wywiad na żywo, po prostu zadzwoń do tej osoby i zapytaj:



**Jakim byłem/am dzieckiem? Jak byś mnie opisał/a?**

**Co lubiłam/em robić jako dziecko? W co się bawić?**

**Jakie miałam/em marzenia będąc dzieckiem?**

**Kim wówczas chciałem/am zostać w przyszłości?**

**Świetnie! Drugie zadanie za Tobą. Za jego wykonanie otrzymujesz **10** punktów!**

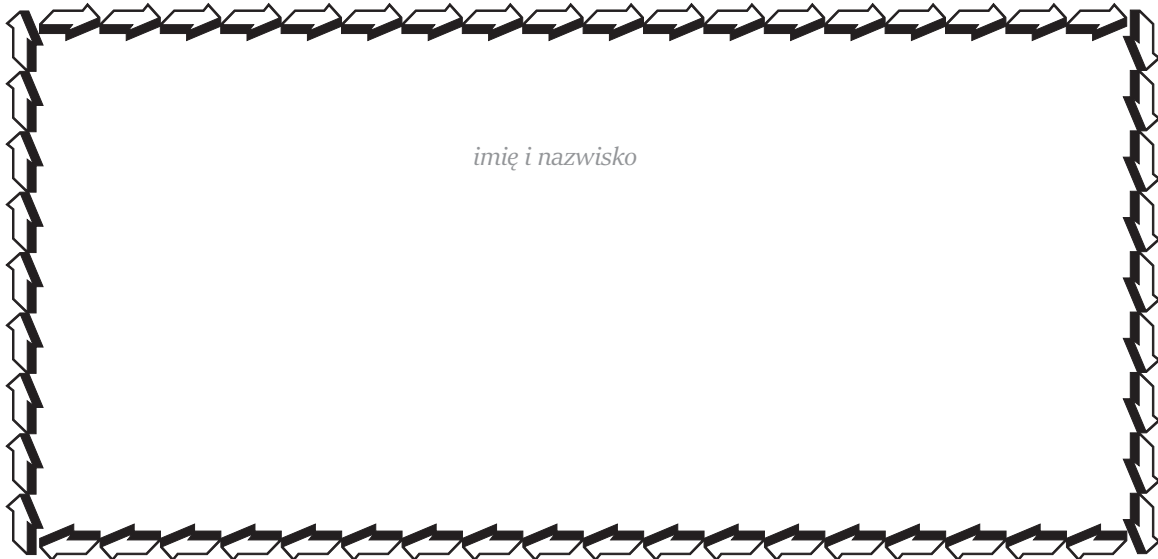
## Dzień 3. Data: .....

### Zadanie:

Dziś przygotuj DYPLOM ZA TWOJE DOTYCHCZASOWE SUKCESY W ŻYCIU.

Pomyśl o tym, co udało Ci się już w życiu osiągnąć? Jakie zadania udało Ci się zrealizować?

Może zorganizowałeś imprezę urodzinową dla znajomych? Albo byłeś pomysłodawcą jakiegoś wyjścia klasowego? A może odbyłeś jakąś ważną rozmowę, która była dla Ciebie bardzo trudna? Zastanów się i wypisz, co Ci się w życiu udało a później udekoruj swój dyplom.



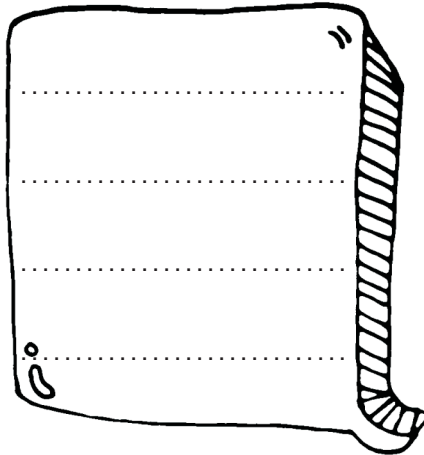
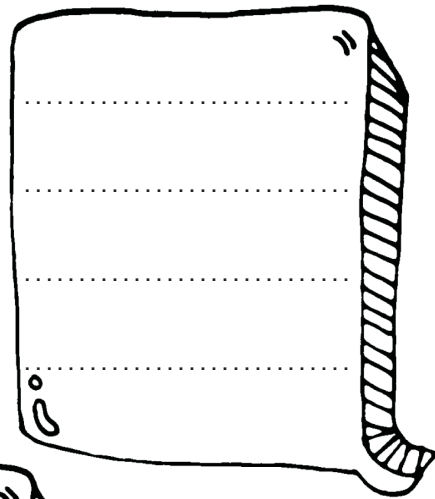
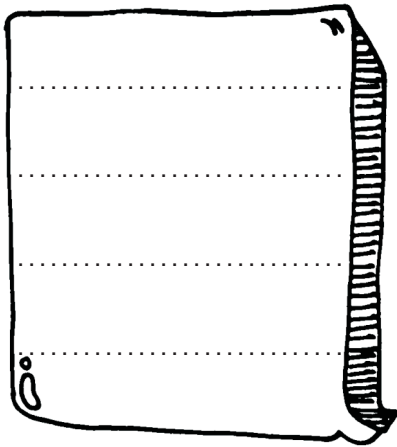
**Gratulacje! Trzecie zadanie za Tobą. Za jego wykonanie otrzymujesz 5 punktów!**



## Dzień 4. Data: .....

### Zadanie:

Wyślij smsa do trzech dowolnych osób, z prośbą, żeby napisały Ci, jakie według nich MASZ TALENTY. Przepisz ich odpowiedzi poniżej



Gratulacje! Czwarte zadanie za Tobą. Otrzymujesz za nie **10** punktów!

## **Dzień 5. Data: .....**

### **Zadanie:**

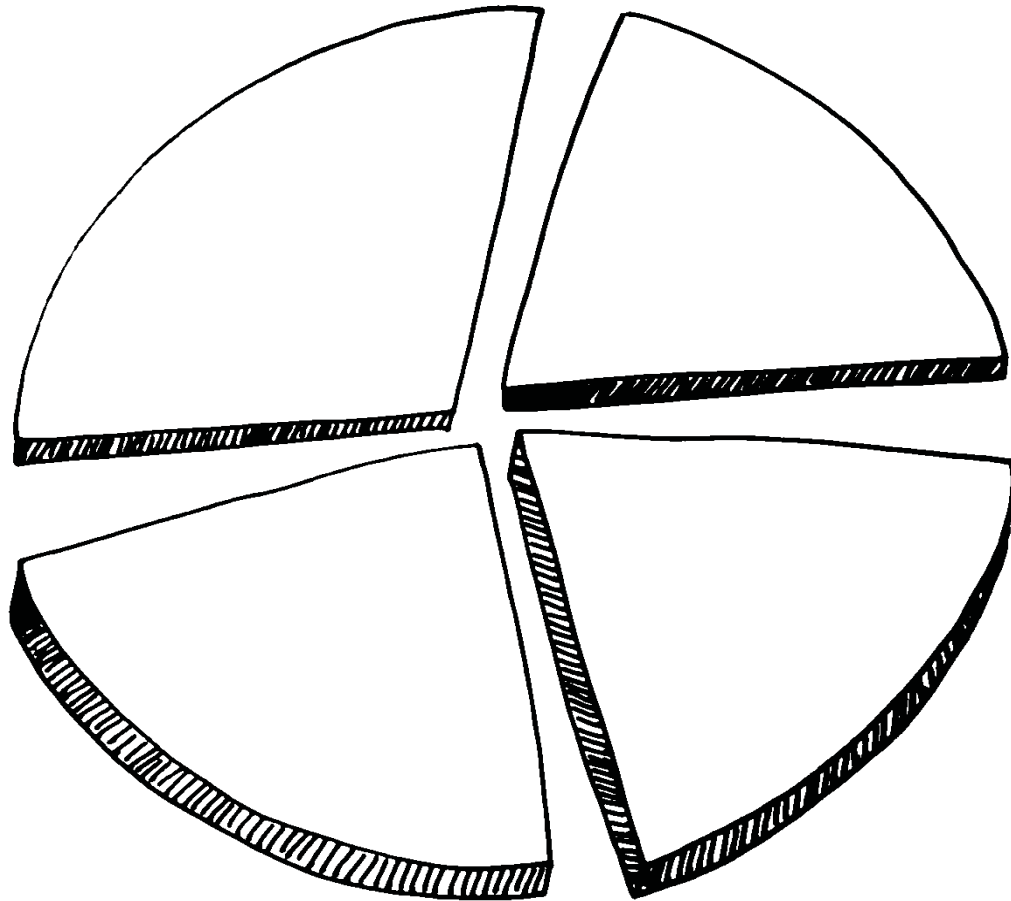
Narysuj wielkie serce i wpisz w nie wszystkie wartości, tematy, sprawy, rzeczy, na myśl o których odczuwasz radość. Wpisz to, co lubisz robić i o czym marzysz

**Gratulacje! Kolejne zadanie za Tobą. Za jego wykonanie otrzymujesz 5 punktów!**

## Dzień 6. Data: .....

### Zadanie:

Oto koło Twojego potencjału. W każdą ćwiartkę wpisz swoje mocne strony z następujących dziedzin: umiejętności, wiedza, cechy charakteru, cechy fizyczne.



Gratulacje! Kolejne zadanie za Tobą. Otrzymujesz **5** punktów!

## Dzień 7. Data: .....

### Zadanie:

Przygotuj zagadkę dla Twojej klasy na Twój temat.

Dokończ poniższe zdania, a następnie weź czystą kartkę i przepisz na nią te zdania, na dole dopisując swoje inicjały. Na najbliższych zajęciach nauczyciel będzie zbierał kartki z Waszymi opisami, a cała klasa będzie zgadywać o kogo chodzi.



Ten człowiek jest

Ten człowiek lubi

Ten człowiek umie

Ten człowiek chciałby kiedyś

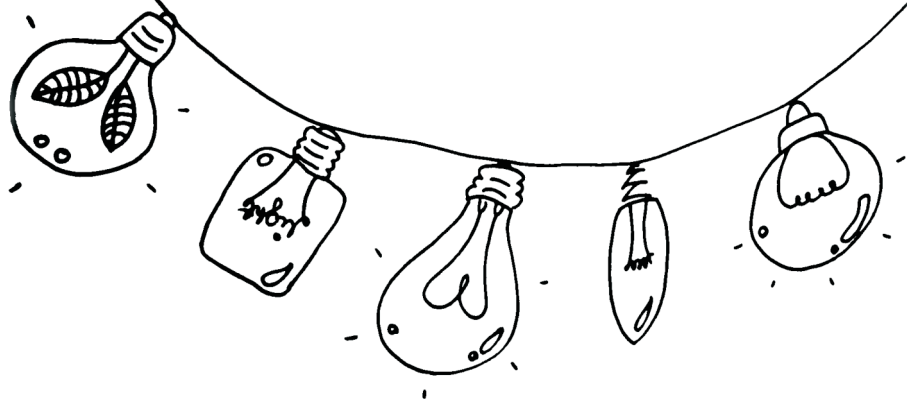
Ten człowiek wie

Ten człowiek jest dumny z

Ten człowiek jest mistrzem świata w

**Gratulacje! Dziś zdobyłeś 5 punktów i zakończyłeś pierwszy tydzień poszukiwań wymarzonej pracy! Tak, tak - aby znaleźć wymarzoną pracę trzeba lepiej poznać siebie, docenić siebie i ucieszyć się, że jestem sobą!**

**Tydzień 2**



# *Bądź poszukiwaczem kreatywnym*

**Rób to co kochasz  
i rób to z miłością  
a będziesz kim zechcesz**  
*Beata Pawlikowska*

## Dzień 8. Data: .....

### Zadanie: SIEDEM ZAWODÓW

Wyobraź sobie, że będziesz musiał siedem razy w życiu zmienić zawód. Jakie zawody byś chciał w takiej sytuacji wykonywać? Możesz wybrać je z opracowanej przez Ciebie listy lub wymyślić coś nowego.

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....

Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!

## **Dzień 9. Data: .....**

### **Zadanie z INTERNETEM:**

Wpisz w wyszukiwarkę hasło:

### **KLASYFIKACJA ZAWODÓW I SPECJALNOŚCI NA POTRZEBY RYNKU PRACY**

Przejrzyj dokładnie zawody w ramach interesujących Cię grup zawodów i dopisz kody obok zawodów z wczoraj sporządzonej listy 7 potencjalnych zawodów.

**Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!**

## Dzień 10. Data: .....

### Zadanie:

Wróć do wczorajszej listy „Twoich” siedmiu zawodów.

Odnosząc się do niej, poproś bliską osobę o pomoc w dokończeniu poniższych zdań:

Zawód 1. Byłbym dobrym..... ponieważ .....

Zawód 2. Byłbym dobrym..... ponieważ .....

Zawód 3. Byłbym dobrym..... ponieważ .....

Zawód 4. Byłbym dobrym..... ponieważ .....

Zawód 5. Byłbym dobrym..... ponieważ .....

Zawód 6. Byłbym dobrym..... ponieważ .....

Zawód 7. Byłbym dobrym..... ponieważ .....

**Gratulacje! Otrzymujesz 5 punktów!**



## Dzień 11. Data: .....

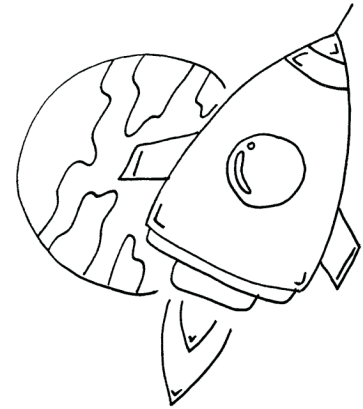
### Zadanie:

Zastanów się dłużej chwilę i odpowiedz na pytanie co byś robił/a w życiu, gdyby wszystko było możliwe i miałbyś/miałabyś pewność, że odniesiesz sukces?

.....

.....

.....



A teraz zastanów się, co Cię w tej pracy pociąga?

.....

.....

.....

Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!

## Dzień 12. Data: .....

### Zadanie:

Dziś czeka Cię „burza mózgu”. Wypisz wszystkie potencjalne zawody, które mógłbyś wykonywać w życiu. Wypisuj wszystko, co przyjdzie Ci do głowy. Nie analizuj, tylko puść wodze fantazji i pisz, pisz, pisz.



.....

.....

.....

.....

.....

.....

Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!

## Dzień 13. Data: .....

### Zadanie z INTERNETEM:

Wejdź na stronę <https://barometrzwodow.pl>, na której możesz sprawdzić, czy jest zapotrzebowanie na rynku pracy na dany zawód. Następnie wpisz do tabeli 7 wybranych przez Ciebie potencjalnie zawodów i sprawdzając w wyszukiwarce barometru znajdź informację, czy jest to zawód z którym związana jest:

- duża nadwyżka poszukujących pracy
- nadwyżka poszukujących pracy
- równowaga popytu i podaży
- deficyt poszukujących pracy
- duży deficyt poszukujących pracy
- brak danych


Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!

## Dzień 14. Data: .....

### Zadanie:

Przygotuj zagadkę dla Twojej klasy na temat jednego zawodu.

Dokończ poniższe zdania, a następnie weź czystą kartkę i przepisz te zdania na nią, na dole dopisując odpowiedź. Na najbliższych zajęciach nauczyciel będzie zbierał kartki z Waszymi opisami, a cała klasa będzie zgadywać o jaki zawód chodzi.

Człowiek wykonujący ten zawód musiał

Człowiek ten umie

Człowiek ten często

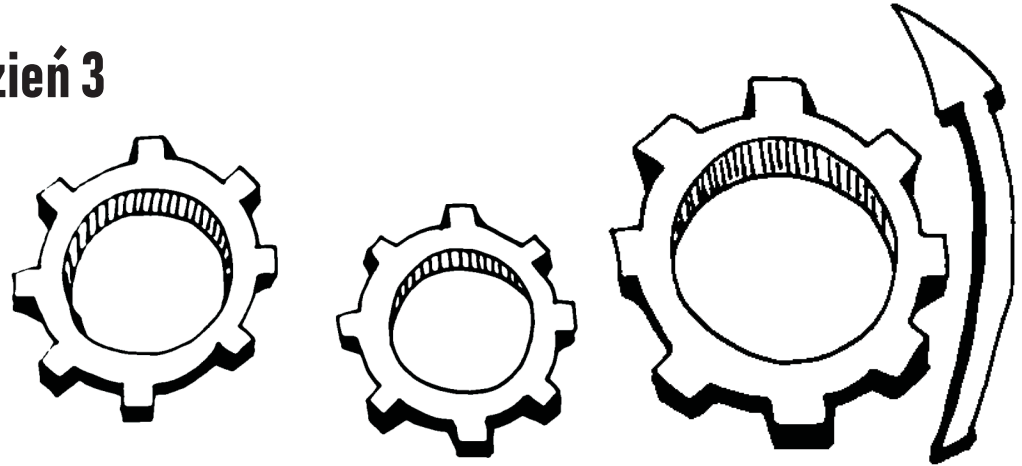
Człowiek ten wie

Człowiek ten jest dumny z

Człowiek ten potrzebuje

**Gratulacje! Dziś zdobyłeś 5 punktów i zakończyłeś drugi tydzień poszukiwań wymarzonej pracy! Wiesz już coraz więcej co możesz w życiu robić, ale przed Tobą jeszcze 4 tygodnie pracy. Nie poddawaj się! Powodzenia!**

**Tydzień 3**



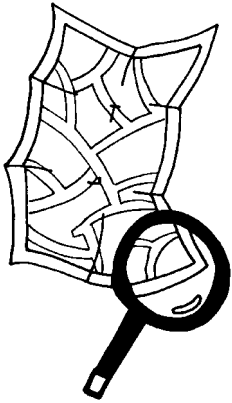
*Bądź poszukiwaczem  
aktywnym*

**“Marzenia się nie spełniają.  
Marzenia się spełniają.”**

## Dzień 15. Data: .....

### Zadanie:

Jeśli masz już pomysły, co możesz robić w życiu, pomyśl teraz jak i gdzie będziesz szukał pracy. Wypisz wszelkie swoje pomysły na to, jakimi metodami będziesz szukać pracy. Bądź jak najbardziej kreatywny! Możesz wspierać się pomysłami z Interentu.



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Gratulacje! Zdołyłeś **5** punktów!

## Dzień 16. Data: .....

### Zadanie:

Powiadom wszystkich, których znasz, że szukasz pracy. Nie wstydź się, to normalne, że się szuka pracy i prosi o pomoc. Stwórz dziś listę osób, które poinformujesz o tym, że poszukujesz pracy.

### MOJA SIEĆ KONTAKTÓW


Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!

## Dzień 17. Data: .....

### Zadanie:

Wykorzystuj Internet

Dzisiaj wypisz strony www z ofertami pracy i portale, które będziesz systematycznie odwiedzać w poszukiwaniu pracy:

1. ....

2. ....

3. ....

4. ....

5. ....

6. ....

7. ....

8. ....

9. ....

10. ....

Gratulacje! zdobywasz **5** punktów!



## Dzień 18. Data: .....

### Zadanie: Pomocne instytucje

Wypisz adresy fizyczne (czyli ulica, nr), adresy strony www, mail i telefon instytucji, które mogą Ci pomóc w poszukiwaniu pracy.

**1. Urząd Pracy** właściwy dla Twojego miejsca zamieszkania

.....

**2. OHP** – Centrum Edukacji i Pracy Młodzieży właściwe dla Twojego powiatu

.....

**3. Organizacje pozarządowe** (stowarzyszenia i fundacje) wspierające osoby poszukujące pracy (wyszukaj choć trzy w Twoim powiecie zajmujące się wspieraniem bezrobotnych, np. na portalu bazy.ngo.pl korzystając z wyszukiwarki)

.....

.....

.....

**4. Agencje pośrednictwa pracy** (wyszukaj choć trzy w Twoim powiecie)

.....

.....

.....

Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!

## Dzień 19. Data: .....

### Zadanie:

Bezpośrednie kontakty z pracodawcą, nawet jeśli nie ogłaszał wolnych miejsc pracy, przynoszą niekiedy najlepsze efekty. Chociażby z szukaniem miejsca na staż absolwencki, nie ma co czekać na ofertę z zewnątrz, tylko trzeba samemu pomyśleć, gdzie chciałoby się zacząć zdobywać doświadczenie zawodowe. Dziś zatem stwórz listę pracodawców z miejscowości, w której chcesz pracować, do których potencjalnie poszedłbyś ze swoją ofertą.

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....
10. ....

**Kolejne zadanie za Tobą! Za jego wykonanie otrzymujesz 5 punktów.**

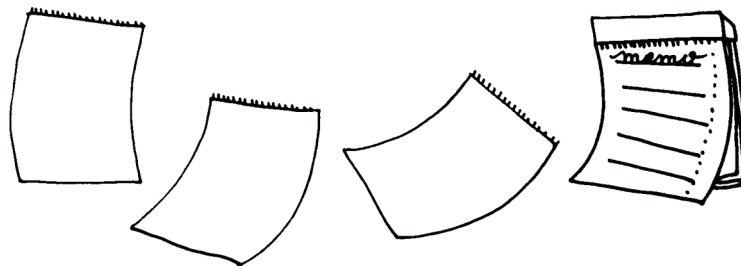
## Dzień 20. Data: .....

### Zadanie z INTERNETEM:

Dziś zadanie ogromnie ambitne.

Korzystając z Internetu znajdź ogłoszenie o pracę, które Cię zainteresuje.

Jeśli możesz to je wydrukuj, a jak nie to przepisz je na czystą kartkę i weź na kolejne warsztaty. Kolejny tydzień gry będzie dotyczył tego konkretnego ogłoszenia, a więc wysił się trochę, żeby znaleźć jakąś w miarę sensowną ofertę.



**Gratulacje! Za zrealizowanie tego zadania dostajesz aż **15** punktów!**

## Dzień 21. Data: .....

### Zadanie z INTERNETEM:

Do znalezionego wczoraj ogłoszenia wyszukaj w Internecie informacje związane z zawodem z ogłoszenia i wypełnij poniższe tabele.



Czym zajmuje się człowiek wykonujący ten zawód?

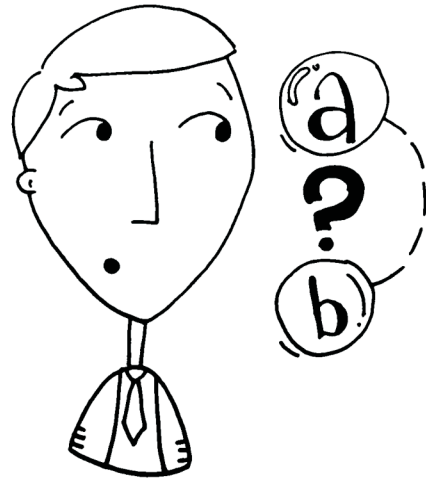
Jakie są wymagania, żeby wykonywać ten zawód?

Gdzie można pracować w tym zawodzie?

Co musiałbym zrobić, żeby wykonywać ten zawód - czego się jeszcze nauczyć, co ukończyć, jakie zdobyć doświadczenie

Gratulacje! Zdobywasz **10** punktów! I skończyłeś trzeci tydzień gry. Właśnie półmetek, jeszcze tylko 3 tygodnie!

**Tydzień 4**



# *Bądź poszukiwaczem zdecydowanym*

**Temu, kto nie wie,  
do jakiego portu zmierza,  
nie sprzyja żaden wiatr**  
*Seneka Młodszy*

## Dzień 22. Data: .....

### Zadanie - CZĘŚĆ I

Dziś przygotuj listę pytań do pracodawcy, dotyczącą znalezionej przez Ciebie ogłoszenia. Co chciałbyś wiedzieć na temat tej pracy zanim zaczniesz się o nią starać.

.....

.....

.....

.....

Otrzymujesz **5** punktów

ALE DZIŚ masz szansę na punkty dodatkowe:

### Zadanie - CZĘŚĆ II

Zadzwoń pod numer ze znalezionej przez Ciebie ogłoszenia o pracę i zadaj przez telefon te pytania, na które chciałbyś uzyskać odpowiedź.

Odpowiedzi zapisz poniżej:

.....

.....

.....

.....

Za wykonanie drugiej części zadania dostajesz **15** punktów! Wielkie gratulacje!

# Dzień 23. Data: .....

## Zadanie z INTERNETEM:

Wypisz z Internetu wszelkie wskazówki, jak przygotować profesjonalne CV.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

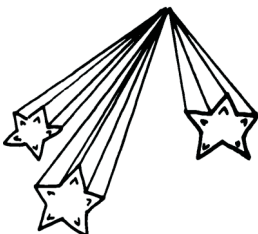
.....

.....

.....

.....

.....



Gratulacje! Za zadanie otrzymujesz **5** punktów!

## Dzień 24. Data: .....

### Zadanie:

Wypisz „na brudno” wszystkie informacje o sobie, które są niezbędne do stworzenia CV – swoje wykształcenie, doświadczenie, umiejętności, kursy, hobby itd.

.....

.....

.....

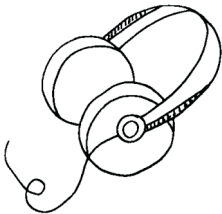
.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!



## Dzień 25. Data: .....

### Zadanie z KOMPUTEREM:

Dziś przygotuj swoje CV na komputerze. Stwórz dokument, który będzie Twoim być może prawdziwym dokumentem za jakiś dłuższy lub krótszy czas.

### Wskazówki jak przygotować CV

- W górnej części CV powinny znaleźć się dane osobowe (imię, nazwisko, telefon, e-mail).
- Druga linia to miejsce na kilka zdań o kandydacie. Ten element warto szczególnie wyeksponować.
- W CV według starych zasad kolejną informacją byłaby ta o edukacji. Jednak według nowych standardów najważniejsze jest doświadczenie, dopiero potem edukacja. Można dodać także rubrykę „projekty specjalne”, które pozwalają na uwzględnienie np. wolontariatu, udziału w prestiżowym konkursie czy projekcie.
- Dokumenty aplikacyjne zamyka informacja o znajomości języków obcych, coraz rzadziej hobby (kandydat może się pokusić o umieszczenie go w CV, gdy np. pasją jest prowadzenie bloga i hobby wpisuje się charakter stanowiska, na które aplikuje).
- Drobnym drukiem należy dodać także niezbędną formułę:  
Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych, zawartych w mojej ofercie pracy dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji (zgodnie z Ustawą o Ochronie Danych osobowych z dnia 29.08.97, Dz. U. Nr 133, Poz. 883).

Za przygotowanie CV dostajesz **20** punktów! Koniecznie weź je na najbliższe warsztaty!

## Dzień 26. Data: .....

### Zadanie z INTERNETEM:

Dzisiaj poszukaj w Internecie informacji na temat listów motywacyjnych. Co jest w nich istotne i jak napisać, aby zostać dostrzeżonym przez pracodawcę?

.....

.....

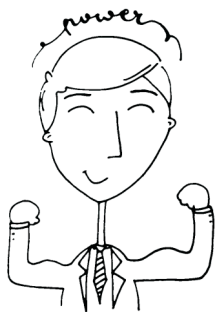
.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

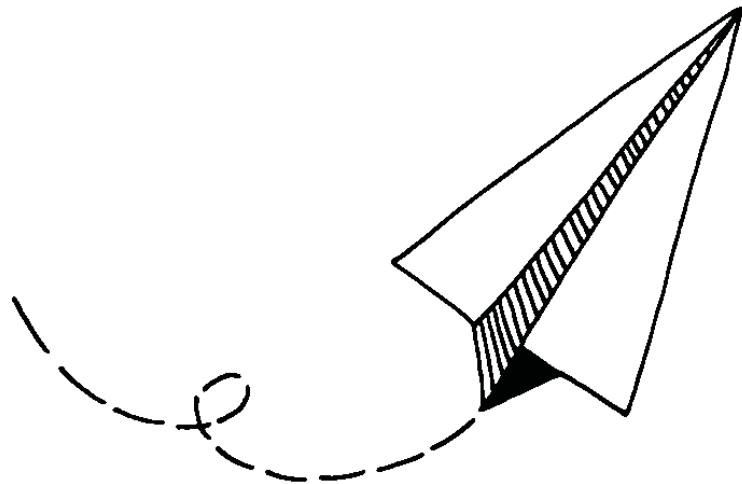
.....

**Gratulacje! Za zadanie otrzymujesz **5** punktów!**

## Dzień 27. Data: .....

### Zadanie:

W oparciu o wczoraj znalezione wytyczne spróbuj napisać list motywacyjny na tę ofertę pracy, którą znalazłeś kilka dni temu. List przepisz na kartkę i koniecznie przynieś na najbliższe warsztaty razem z CV.



Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!

## Dzień 28. Data: .....

### Zadanie:

Przygotuj krótką informację o sobie i o tym, jakiej pracy szukasz, którą wyślesz do swoich znajomych smsem, mailem, wrzucisz na portale społecznościowe, umieścisz w prasie itd.

.....

.....

.....

**Przepisz tę notatkę na kartkę i przynieś na warsztaty.**

**Za wykonanie zadania dostajesz **10** punktów.**

### WERSJA DLA AMBITNYCH:

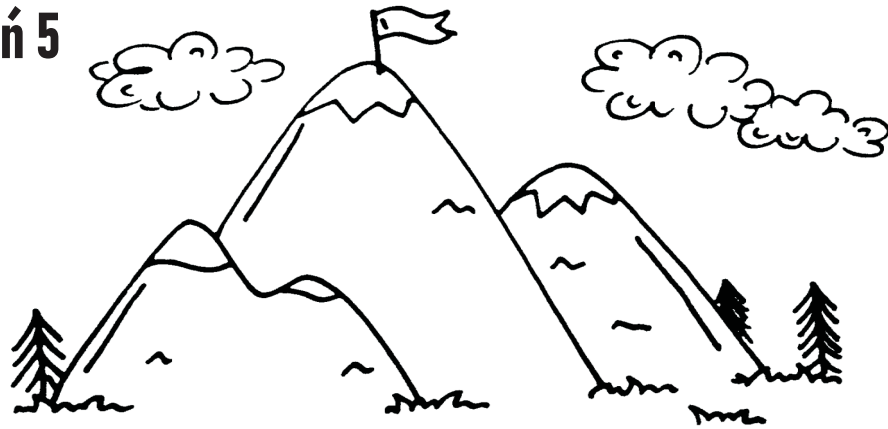
**nagraj swoje ogłoszenie na dyktafon i zamiast odczytywać na lekcji puść ogłoszenie z telefonu - za to otrzymasz **15** punktów.**

### WERSJA DLA MEGA AMBITNYCH:

**nakręć np. telefonem króciutki filmik, w którym reklamujesz siebie jako pracownika i puść go na lekcji - za to otrzymasz **25** punktów.**

**Gratulacje! Czwarty tydzień za Tobą!**

**Tydzień 5**



***Bądź  
przygotowany  
na sukces***

**Jest tylko jedna rzecz,  
która sprawia, że marzenie staje się  
niemożliwe do zrealizowania:  
strach przed porażką**  
*P. Coelho*

## Dzień 29. Data: .....

### Zadanie:

Zapytaj bliskiej, pracującej osoby o swoją pierwszą pracę, jak wspomina poszukiwanie pracy, pierwszą rozmowę z szefem, pierwszy dzień w pracy. Jej wspomnienia zapisz poniżej.

.....

.....

.....

.....

.....

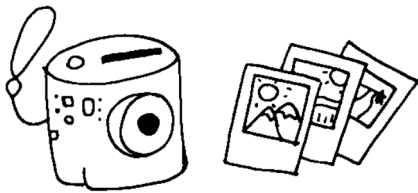
.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

Gratulacje! Za zadanie otrzymujesz **10** punktów!

# Dzień 30. Data: .....

## Zadanie z INTERNETEM:

Poszukaj w Internecie informacji o tym jak wygląda rozmowa kwalifikacyjna.  
Wypisz wskazówki jak się do niej przygotować.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

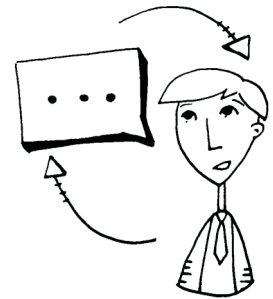
.....

.....

.....

.....

.....



Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!

## Dzień 31. Data: .....

### Zadanie:

Dzisiaj wyobraź sobie, że to Ty jesteś pracodawcą i zapraszasz potencjalnych pracowników na rozmowę kwalifikacyjną. Wypisz, jakie pytania chciałbyś zadać zainteresowanym pracą osobom?

.....

.....

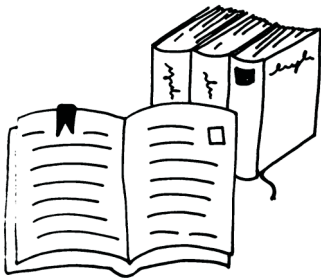
.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!



# Dzień 32. Data: .....

## Zadanie z INTERNETEM:

Poszukaj w Internecie informacji, jakie pytania są najczęściej zadawane na rozmowach kwalifikacyjnych i wybierz 5 pytań, które zapisz poniżej.

1

.....  
.....

2

.....  
.....

3

.....  
.....

4

.....  
.....

5

.....  
.....

Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!

## Dzień 33. Data: .....

### Zadanie:

Dzisiaj przygotuj odpowiedzi na wczoraj wybrane przez Ciebie pytania.

1

.....  
.....

2

.....  
.....

3

.....  
.....

4

.....  
.....

5

.....  
.....

Gratulacje! Za zadanie otrzymujesz **10** punktów!

## Dzień 34. Data: .....

### Zadanie z INTERNETEM:

Znajdź w Internecie informacje na temat tego jak należy być ubranym na rozmowę kwalifikacyjną. Wypisz najważniejsze wskazówki.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

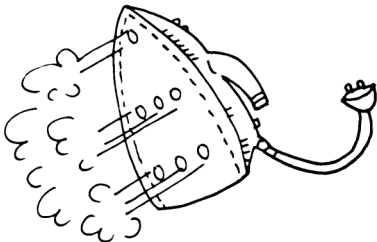
.....

.....

.....

.....

.....



Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!

## Dzień 35. Data: .....

### Zadanie:

Przepisz na kartce odręcznie lub na komputerze i wydrukuj pytania, które chciałybyś, aby jutro zadała Ci komisja rekrutacyjna na rozmowie kwalifikacyjnej.



Za to zadanie dostajesz **5** punktów.

### ZADANIE DLA CHĘTNYCH:

Przyjdź na najbliższe warsztaty ubrana/ubrany tak, jak poszedłbyś na prawdziwą rozmowę kwalifikacyjną.

Za wykonanie tego zadania otrzymasz dodatkowo **20** punktów!

**Gratulacje!**

**Ukończyłaś/eś piąty tydzień gry. Został już tylko jeden.**

## Tydzień 6



*Wytrwale  
dąż do celu*

**Dysponując zwykłymi talentami  
i niezwykłą wytrwałością  
możesz osiągnąć wszystko**  
*Thomas Fowell Buxton*

## Dzień 36. Data: .....

### Zadanie:

Wyobraź sobie, że dziś jest ten dzień, w którym ukończyłeś/aś edukację i w którym już naprawdę zaczynasz poszukiwania swojej pierwszej poważnej pracy. Wyobraź sobie, że skończyłeś/aś edukację (szkołę lub studia) z bardzo dobrymi wynikami.

Dziś jest ..... (wpisz hipotetyczną datę z przyszłości)

Ukończyłem/am ..... (wpisz wykształcenie, które planujesz zdobyć.  
Jeśli jeszcze nie wiesz co to będzie, wpisz dowolny zawód, najbliższy Twojemu sercu)

\*\*\*\*\*

Spróbuj wczuć się w siebie w tym dniu z przyszłości, w którym podjąłeś decyzję, że właśnie dziś pora zacząć poszukiwania Twojej wymarzonej PRACY. Co czujesz? Co czujesz na progu poszukiwań? Jakie emocje są w Tobie, w związku z ukończeniem etapu kształcenia i rozpoczęcia dorosłego życia? Wypisz poniżej potencjalne uczucia, emocje, myśli, które możesz mieć w tym dniu.

.....

.....

.....

.....

**Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!**

## Dzień 37. Data: .....

### Zadanie:

Wciąż jesteś w przyszłości. W tym dniu, w którym zmierzysz się z faktycznym poszukiwaniem pracy. Przypomnij sobie jakie „masz” w tym dniu uczucia. Pomyśl, jakie możesz zapewnić sobie wsparcie, aby te uczucia (jeśli są jakieś wśród nich przykre typu strach, poczucie niepewności, smutek itd.) zminimalizować. **Co możesz zrobić, żeby nastawić się na sukces?**

.....

.....

.....

.....

Na etapie poszukiwania pracy, bardzo ważne mieć kogoś kto da Ci wsparcie i będzie Cię motywował do aktywnych, kreatywnych poszukiwań. Kto będzie w Ciebie wierzył i da Ci wsparcie po nieudanej rozmowie kwalifikacyjnej. Pomyśl teraz: **Kto może być dla mnie wsparciem na tym etapie życia – etapie poszukiwania pracy?**

.....

.....

.....

.....

**Gratulacje! Otrzymujesz 5 punktów!**

## Dzień 38. Data: .....

Pamiętaj, wciąż jesteś w przyszłości: jest rok.....

**Pomyśl teraz: Co zamierzam zrobić, żeby zdobyć moja wymarzoną pracę?**

Napisz swój dekalog poszukiwacza wymarzonej pracy, czyli jakimi zasadami będziesz się kierować szukając jej. Możesz stworzyć coś zupełnie swojego lub wybrać coś z propozycji. Najważniejsze, żebyś stworzył SWÓJ dekalog na czas poszukiwania, do którego będziesz przekonany, który będzie Ci towarzyszył w najbliższym czasie – oby jak najkrótszym!

### MÓJ DEKALOG POSZUKIWANIA WYMARZONEJ PRACY


### Luźne propozycje do „Dekalogu”

- Każdego dnia poświęcę pełnych 8 godzin na aktywne poszukiwanie pracy (wszak to praca pełnoetatowa)
- Każdego dnia znajdę w Internecie 5 potencjalnych pracodawców
- Każdego dnia przygotuję minimum 2 listy intencyjne i zaniosę je razem z CV do dwóch pracodawców
- Każdego dnia zadzwonię lub napiszę maila, smsa do minimum 3 znajomych pytając, czy nie mają pomysłu, gdzie mógłbym jeszcze szukać pracy
- W okresie poszukiwania pracy będę się dokształcać (np. j. angielski/excel/gra na gitarze/ptywanie....itd.)
- Będę szukać pracy od godziny 8.00 do godziny 16.00
- Powiem wszystkim znajomym, że szukam pracy
- Będę bardzo zdyscyplinowany i nie będę marnować czasu w Internecie (FB, YT...)

**Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!**



## Dzień 39. Data: .....

Umiejętność planowania i trzymania się planu to bardzo ważna umiejętność zarówno w życiu zawodowym, ale i na etapie poszukiwania pracy. Aby czas poszukiwania nie wydłużył się znacznie, postaraj się każdego dnia poświęcić określoną liczbę godzin na poszukiwania i wyznaczaj sobie konkretne zadania. Pomocne w tym jest wykonywanie planów miesięcznych, tygodniowych i dniowych – co chcę w danym czasie wykonać.

### Zadanie:

**Zaplanuj jutrzejszy dzień, godzina po godzinie.**

Spróbuj podejść do planowania realnie i elastycznie. Plan ma stworzyć ramy Twojego jutrzejszego dnia. Pamiętaj o wyznaczeniu konkretnej godziny pobudki i trzymaj się jej. Wkomponuj w jutrzejszy dzień obowiązki, zadania, wyzwania, ale i odpoczynek. Wpisz koniecznie w grafik jakąś przyjemność. Zaplanuj też dokładną godzinę położenia się spać. Nie zaniedbuj snu.

godzina	zadanie	✓
	pobudka	

**Gratulacje! Za zadanie otrzymujesz 10 punktów!**

## Dzień 40. Data: .....

### Zadanie:

Wykonaj podsumowanie dzisiejszego dnia - zerknij na swój plan dzisiejszego dnia nakreślony wczoraj przed snem i zastanów się co Ci się dziś udało, a co nie. Zaznaczaj we wczorajszym harmonogramie efekt planów w ostatniej kolumnie.

### Uciesz się tym, co się udało!

A jeśli coś się nie udało to zastanów się:

- Dlaczego mi się nie udało?
- Co mogłem zrobić lepiej?
- Co mogłem zrobić, czego nie zrobiłem, a było zależne ode mnie?
- Co zrobiłem, czego żałuję?



Nie obwiniaj się, tylko zastanów, gdzie popełniłeś błędy i dlaczego je popełniłeś.

Pomyśl teraz chwilę co możesz w związku z tym postanowić NA JUTRO. Tak, aby jutro wieczorem mieć jeszcze więcej powodów do radości z dnia, a mniej poczucia, że nie wykorzystałeś czasu, możliwości, szans, tak jak mogłeś najlepiej.

**Gratulacje! Otrzymujesz 5 punktów!**

# Dzień 41. Data: .....

## Zadanie:

Dziś określ jakie są Twoje „zjadacze czasu”. Uważaj na nie! One oddalają Cię od Twojego celu. Wypisz to, czym zajmujesz się, a co według Ciebie nie jest warte Twojego czasu i uwagi.

.....  
.....  
.....  
.....



i zastanów się na co lepiej wykorzystać ten czas, aby być coraz bliżej realizacji celu, jakim jest zdobycie wymarzonej pracy.

.....  
.....  
.....  
.....

Otrzymujesz **5** punktów!

## Dzień 42. Data: .....

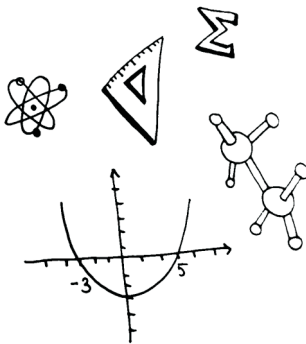
### Zadanie:

Ostatniego dnia gry zastanów się, nad jakimi swoimi cechami powinieneś pracować, aby być... PRACOWNIKIEM MARZEŃ?

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

Gratulacje! Otrzymujesz **5** punktów!

**Właśnie ukończyłeś grę. Jeśli udało Ci się wytrwać, oznacza to, że jesteś pracowity, zdyscyplinowany i ambitny. A to cechy osób, które osiągają sukcesy. *Wielkie gratulacje!!!*** Teraz podlicz zdobyte punkty. Wynik zaznacz na wskaźniku na kolejnej stronie. Czy jesteś zadowolony z osiągniętego rezultatu? Lista sprawdzająca pomoże Ci określić dalsze działania.