

Coach 3C di Tratto Stefania

Via Francesco Sforza 4

37135 - Ca' di David - Verona

Tel. 347.0058557

www.stefaniatratto.com

coach3c@stefaniatratto.com

Cod.Fisc. TRTSFN77E60L781J

P.Iva 04438440234

Professionista di cui alla Legge n.4/13, G.U. 22/13

“SEMI-SELF” Career Coaching

Un buon insegnamento è più nel porre giuste domande
che nel dare giuste risposte.

Josef Albers



Metti a fuoco il tuo potenziale, e progetta il tuo futuro professionale, con un percorso intenso, strutturato e mirato.

Il **Career Coaching** è un percorso strategico che parte dalla valorizzazione delle tue potenzialità personali, e dall'individuazione delle tue precise aree di miglioramento.

È la bussola ideale per chi si affaccia sul mercato del lavoro, per chi desidera cambiare settore o aree di interesse, e per chi vuole dare una svolta drastica alla propria vita lavorativa.

Con il supporto del Coach puoi imparare a cercare lavoro in modo mirato, scegliere la giusta facoltà, perfezionare la gestione del tempo, e sviluppare la tua leadership personale.

Cos'è il Percorso "SEMI-SELF" (e per chi NON è adatto)

Il percorso "**SEMI-SELF**" da 5 ore è la risposta per chi cerca una **soluzione economicamente più accessibile** rispetto al percorso completo "Professional", ma desidera comunque ottenere lo stesso identico, corposo risultato finale.

Per mantenere intatta l'efficacia del programma, riducendo le ore di sessione in presenza, il lavoro è stato sbilanciato: **svolgerai gran parte degli esercizi e delle riflessioni in autonomia, a casa, prima di ogni incontro.** I compiti, le domande di scavo, e gli esercizi intermedi, sono **obbligatori** e propedeutici a ogni sessione.

Avviso importante: Se sei completamente digiuno/a di crescita personale e non hai dimestichezza con domande che scavano in profondità, **questo percorso non fa per te**. In questo caso, ti consiglio vivamente la versione "[Professional](#)" da 10 ore, dove sarai costantemente seguito/a passo dopo passo, senza il carico del lavoro solitario.

Se invece sei autonomo/a, motivato/a e pronto/a a metterti in gioco seriamente da solo/a, ecco la roadmap dettagliata del tuo viaggio in 5 fasi.

"SEMI-SELF" Career Coaching

5 ore di Career Coaching

+

**tante domande (obbligatorie) e tanti esercizi (obbligatori)
da svolgere da soli,
prima di ogni Sessione di Career Coaching**

La Roadmap delle 5 Fasi "SEMI-SELF"

Tutti gli esercizi e le risposte alle domande di preparazione elencati in ciascuna fase **dovranno essere inviati via mail al Coach prima della relativa sessione.**

FASE 1: Individuazione dei Bisogni (1 Ora di Sessione)

Lavoro in autonomia (prima dell'incontro):

- Svolgi l'esercizio di preparazione sul tuo lavoro attuale/passato.
- Rispondi alle domande scritte sul tuo lavoro.
- Completa l'esercizio analitico sulla tua storia lavorativa.

La Sessione in presenza (1 ora): Lavoreremo insieme sull'esercizio della tua storia lavorativa ed esploreremo le risposte che hai fornito per mappare i tuoi bisogni di partenza.

FASE 2: Scoperta dei Propri Talenti (1 Ora di Sessione)

Lavoro in autonomia (prima dell'incontro):

- Svolgi l'esercizio di preparazione incentrato sulla tua storia lavorativa.
- Rispondi alle domande specifiche per far emergere i tuoi talenti.
- Completa il secondo blocco di domande di approfondimento sulle tue abilità chiave.

La Sessione in presenza (1 ora): Analizzeremo i tuoi compiti focalizzandoci sulle tue passioni e sui tuoi punti di forza emersi, attraverso domande mirate.

FASE 3: Scoperta del Proprio Scopo (1 Ora di Sessione)

Lavoro in autonomia (prima dell'incontro):

www.stefaniatratto.com

- Rispondi alle domande strategiche sul tuo futuro professionale.
- Svolgi l'esercizio profondo basato sul modello dell'Ikigai.
- Completa l'esercizio pratico per delineare i tuoi sogni lavorativi.

La Sessione in presenza (1 ora): Lavoreremo insieme sulla tua visione ideale, affrontando un esercizio dinamico incentrato sui tuoi sogni e sulle tue aspirazioni.

FASE 4: Scoperta delle Possibilità (1 Ora di Sessione)

Lavoro in autonomia (prima dell'incontro):

- Rispondi alle domande e completa i 2 esercizi di preparazione orientati alla tua prossima professione.
- Completa il set di domande e l'esercizio propedeutico per migliorare il tuo CV.
- Riorganizza e risistema autonomamente il tuo CV secondo le indicazioni ricevute.

La Sessione in presenza (1 ora): Effettueremo una simulazione pratica di un colloquio di lavoro (se punti a una posizione da dipendente) o una prova di presentazione commerciale (se sei o vuoi diventare un lavoratore autonomo), allenandoti a gestire l'interazione al meglio.

FASE 5: Definire un Piano d'Azione (1 Ora di Sessione)

Lavoro in autonomia (prima dell'incontro):

- Analizza e rispondi alle domande sui tuoi limiti personali per almeno una settimana prima dell'incontro.
- Svolgi l'esercizio specifico per individuare e superare le tue convinzioni limitanti.
- Completa le domande e l'esercizio di pianificazione per iniziare a tracciare la tua mappa d'azione.

La Sessione in presenza (1 ora): Sessione finale in cui risponderemo ai tuoi ultimi dubbi e costruiremo insieme il tuo **Piano d'Azione concreto** per metterti in moto verso l'obiettivo.

**Sei pronto/a a rimboccarti le maniche
e a fare un lavoro profondo su te stesso/a
per conquistare la tua nuova rotta professionale?**

Coach 3C di Tratto Stefania

Via Francesco Sforza 4
37135 - Ca' di David - Verona
Tel. 347.0058557
coach3c@stefaniatratto.com

Cod.Fisc. TRTSFN77E60L781J
P.Iva 04438440234
Professionista di cui alla Legge n.4/13, G.U. 22/13
www.stefaniatratto.com