

UPGRADE

PROGRAMA DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL E PROFISSIONAL

a step ahead

**Porto
Business
School**

/ University of Porto

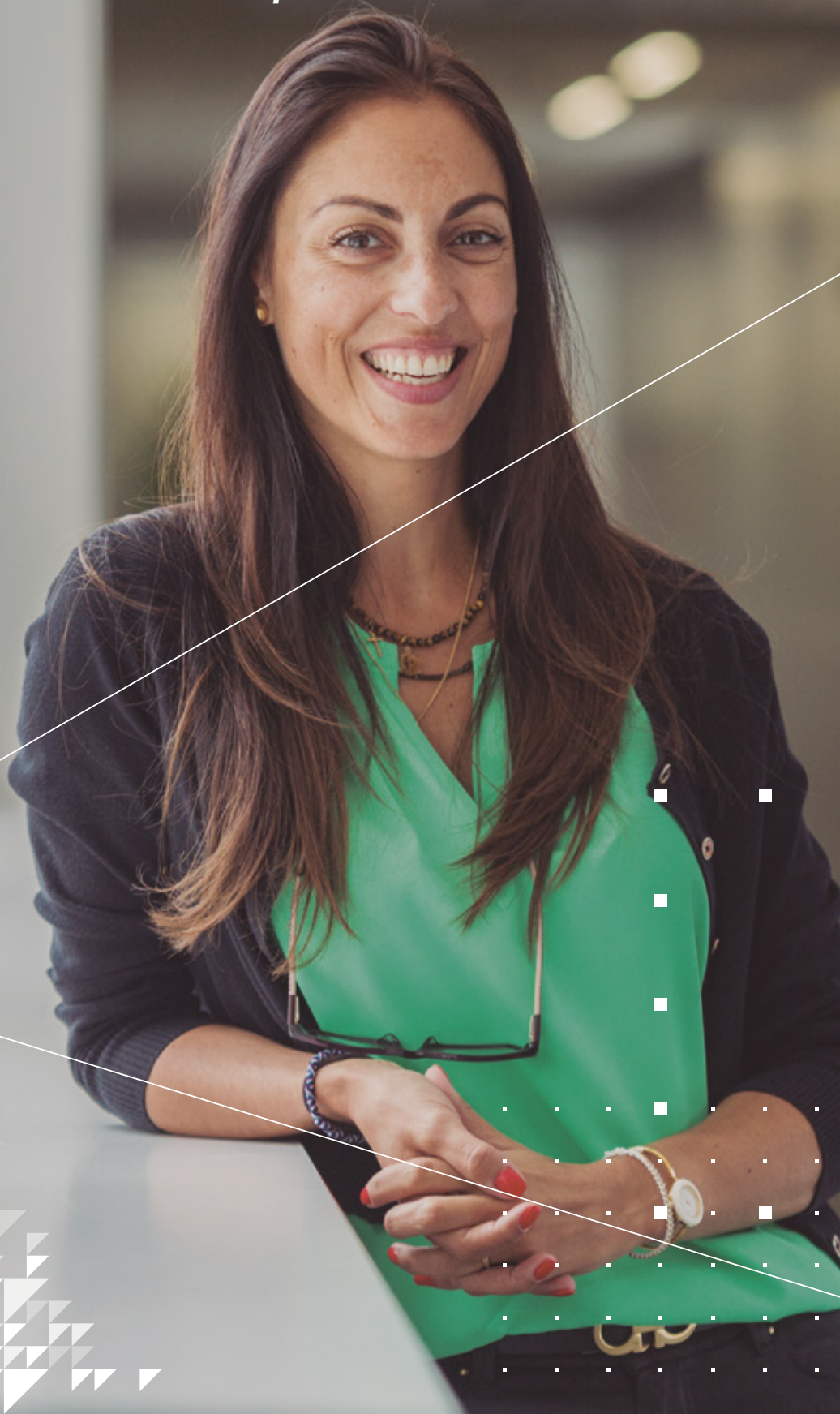
“ O Upgrade é um valioso programa de acompanhamento profissional, indicado a quem pretende sair da sua zona de conforto. Ao longo do programa cada participante é preparado individualmente através de exercícios de auto avaliação e adaptação do modelo de CV a setores e contextos específicos.

O programa proporciona uma abordagem confiante e assertiva ao mercado de trabalho com garantia de retorno positivo.

Tiago Ferreira de Oliveira

*Brand & Trade Marketing Manager
na Symington Family Estates*

Um percurso personalizado de acordo com objetivos profissionais previamente definidos pelo aluno, numa Escola de Negócios com ligações privilegiadas ao tecido empresarial.



Step 1

CONHECER EXPETATIVAS E AMBIÇÕES

Um primeiro momento dedicado ao conhecimento dos participantes relativamente a várias dimensões, das quais se destacam as suas expetativas e ambições, os seus interesses e motivações, o seu percurso profissional e de que forma estas evidenciam as competências valorizadas pelo mercado de trabalho, e com impacto na gestão da sua carreira.

Para tal, serão asseguradas:

1. Aplicação de ferramenta de autoconhecimento (online)
2. Entrevista individual com um coach profissional (presencial)

1. Aplicação de ferramenta de autoconhecimento (EM10)*

Um diagnóstico que permitirá aos participantes tomarem consciência - sob uma perspetiva motivacional - do que mais valorizam e o que a atual situação lhes proporciona. Deste modo, aqueles que estão inseridos no mercado de trabalho poderão fazer uma reflexão relativamente à sua carreira atual; os que procuram integração no mercado de trabalho, ou uma nova oportunidade, poderão retirar conclusões importantes em termos do que devem procurar.

*O EM10 é uma ferramenta desenvolvida pela Boyden / Neves de Almeida | HR Consulting, que permitirá avaliar os participantes na perspetiva do que os motiva e do que os move. Através desta ferramenta será possível concluir quais são os fatores que, num cenário ideal, os participantes esperam ver realizados na sua função, atual ou futura.

2. Entrevista Individual

Uma entrevista individual, com recurso a exemplos situacionais que permitirá:

- Conhecimento de expetativas/interesses/motivações e ambições de carreira
- Conhecimento do potencial de cada aluno, face a competências críticas para uma boa performance no mercado de trabalho (Comunicação e Relacionamento Interpessoal, Trabalho em Equipa, Adaptabilidade, Orientação para Resultados).
- Análise da performance em processos de recrutamento, nomeadamente adequação do CV e postura na entrevista.

DURAÇÃO DA ENTREVISTA INDIVIDUAL: 2 HORAS

QUICK-WINS:
PROMOVER O CONHECIMENTO/AUTOCONHECIMENTO
ALINHAR EXPETATIVAS FACE À REALIDADE
POTENCIAR A INDIVIDUALIDADE DOS ALUNOS
AFERIR O POTENCIAL DOS ALUNOS EM COMPETÊNCIAS CRÍTICAS

Step 2

APROFUNDAR COMPETÊNCIAS

Um momento destinado à análise e avaliação das competências identificadas no Step 1, sob uma perspectiva de grupo, através de um Assessment Center, que inclui um Business Case e duas atividades experienciais, de equipa.

DURAÇÃO DO ASSESSMENT CENTER: 1/2 DIA/GRUPO (MÁXIMO 50 PESSOAS)

QUICK-WINS:

REALIZAR UMA AVALIAÇÃO OBJETIVA

PROMOVER MOMENTOS DE CONTACTO ENTRE OS PARTICIPANTES

AFERIR O DESEMPENHO DOS PARTICIPANTES EM COMPETÊNCIAS CRÍTICAS, ATUANDO EM GRUPO

Step 3

PARTILHAR RESULTADOS E ALINHAR PLANO DE AÇÃO

A concretização do trabalho desenvolvido no Step 1 e Step 2:

1. Elaboração de Relatório Individual

2. Sessão Individual de Feedback

1 - Elaboração de Relatório Individual

Um relatório detalhado que contempla os dados mais relevantes do participante, recolhidos ao longo de todo o projeto e visa, sobretudo, o seu desenvolvimento pessoal e profissional.

2 - Sessão Individual de Feedback

O relatório individual é entregue e partilhado numa sessão presencial, com o Consultor responsável pela avaliação, explorando os pontos fortes e as áreas a desenvolver, e onde são sugeridas estratégias que podem ser desenvolvidas individualmente.

Em função do perfil específico (criado com a informação recolhida ao longo do projeto e as ambições, expetativas, interesses e motivações identificadas), será fornecido um roadmap que permita a construção de um plano de ação que facilite a abordagem, em termos de gestão de carreira, ajustada aos objetivos de cada um.

Nesta sessão Individual de feedback, será entregue a cada aluno o seu Relatório Individual, e um Road Map de Gestão de Carreira.

DURAÇÃO DA SESSÃO INDIVIDUAL DE FEEDBACK: 1 HORA

QUICK-WINS:

PROMOVER O CONHECIMENTO/AUTOCONHECIMENTO

POTENCIAR O DESENVOLVIMENTO



Make change happen

INVESTIMENTO 475€

Em parceria com:

Boyden
global executive search

INSCRIÇÕES

Serviços de Carreira
E: careerservices@pbs.up.pt
T: 226 153 270

CONTACTOS

Avenida Fabril do Norte, 425
4460-312 Matosinhos, Portugal

T: +351 226 153 270
E: geral@pbs.up.pt

www.pbs.up.pt