



Iza Kłodzińska, MamCoach

Pomagam mamom wrócić na rynek pracy na swoich zasadach

<https://mamcoach.pl/kontakt@mamcoach.pl>

- **Na jakie kursy warto iść podczas urlopu macierzyńskiego?**

Odpowiedź na to pytanie będzie zapewne trochę inna dla każdej z nas. Nie ma jednej, takiej samej drogi, która będzie uniwersalna i dobra dla każdej mamy. Dlatego tak ważna jest praca i refleksja nad swoim powrotem do pracy – pozwala ona zidentyfikować kroki, które będą najlepsze dla danej osoby. Ogólne, powierzchowne porady raczej się nie sprawdzają. Ale skoro zaczęła się Pani nad tym zastanawiać, to znaczy, że temat jest dla Pani ważny – trzymam kciuki za podjęcie kolejnych działań, które pozwolą Pani znaleźć odpowiedzi na Pani pytania! Ja ze swojej strony oferuję wspólną pracę i towarzyszenie w ich szukaniu.

- **Kiedy najlepiej wracać – czy istnieje „idealny moment”?**

Dla każdej z nas to pewnie będzie trochę inny moment. Bo jesteśmy różne i różne wartości są dla nas ważne, niektóre mamy wybiorą dłuższy czas w domu, a inne będą chciały jak najszybciej wrócić do zawodowej aktywności. Zachęcam do przyjrzenia się powodom stojącym na tym, że chce Pani wrócić do pracy – co wpływa na Pani decyzję o powrocie, co ten powrót ma zmienić?

Zachęcam też do zrobienia sobie ćwiczenia „*Gdzie jesteś? I na co jesteś teraz gotowa?*” osadzającego obszar zawodowy w trochę szerszym kontekście. To ćwiczenie pozwala spojrzeć na ewentualny powrót do pracy z różnych perspektyw i zwykle dzięki niemu poszerzamy swoją perspektywę i dochodzimy do cennych wniosków.

Ćwiczenie jest dostępne na mojej stronie internetowej: <https://mamcoach.pl/materialy/>

- **Jakie małe kroki można zrobić jeszcze podczas urlopu macierzyńskiego, by ułatwić sobie powrót?**

Odpowiedź na to pytanie będzie bardzo podobna do tej powyżej – te kroki nie będą identyczne dla każdej z nas. Dlatego tak ważna jest praca i refleksja nad swoim powrotem do pracy – pozwala ona zidentyfikować kroki, które będą najlepsze dla

danej osoby. Ogólne, powierzchowne porady raczej się nie sprawdzają. Zwłaszcza w trakcie urlopu macierzyńskiego, kiedy nasze zasoby są bardzo mocno ograniczone, warto poświęcać czas na to, co rzeczywiście pomoże nam zdobyć tę pracę, na której naprawdę nam zależy, a nie przeznaczać go na coś, co może nam się w ogóle nie przydać.

- **Jedno zdanie wsparcia od Ciebie dla mam, które dziś wahają się, czy są gotowe wrócić do pracy?**

Głęboko wierzę, jestem o tym wręcz przekonana, że każda z nas ma w sobie siłę i zasoby na to, żeby znaleźć swoje dobre miejsce pracy. Na swojej drodze spotkałam wiele, bardzo różnych kobiet – każda z nich, dzięki pracy i wytrwałości, dała radę poprawić swoją sytuację zawodową. Z ogromną radością i wzruszeniem towarzyszę każdej mamie, która ma gotowość, żeby zająć się swoim życiem zawodowym i zacząć budować je w zgodzie ze sobą. Powodzenia dla Was! 😊

Wszystkie Mamy, zainteresowane wsparciem w powrocie do pracy, zapraszam na bezpłatną, pierwszą konsultację. Link do kalendarza:

<https://calendly.com/mamcoach/coaching-session>

Serdecznie zapraszam też na moją stronę internetową <https://mamcoach.pl/>

Można zapisać się na niej do newslettera.

Lada dzień zakończenie cyklu **Letnich listów**.

Poprzednie programy **Jak stworzyć wokół siebie środowisko wspierające rozwój?** oraz **Mama na Tropie Dobrej Pracy** cieszyły się dużą popularnością i zainteresowaniem.

Zajrzyj też na moje profile w mediach społecznościowych, polub, zaobserwuj, zostaw serduszko 😊

FB: <https://www.facebook.com/Iza.Klodzinska.MamCoach>

IG: <https://www.instagram.com/izaklodzinska.mamcoach>

LI: <https://www.linkedin.com/in/coachiza>

Do zobaczenia na kolejnym webinarze, stacjonarnym warsztacie lub sesji coachingowej 😊

W kontakcie!

