

LIMPÁR IMRE – SZAKMAI ÖNÉLETRAJZ

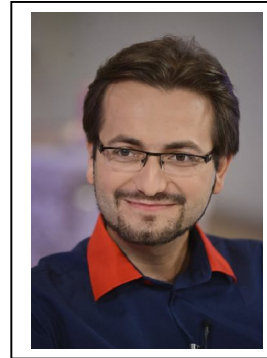
MOTTÓ: „OLYAN AZ ÉLETÜNK, AMILYENNÉ GONDOLATAINK TESZIK” (MARCUS AURELIUS)

ELÉRHETŐSÉGEK

+36-30/492-4245

limparimre@limparimre.com

www.limparimre.com



VÉGZETTSÉGEK

Tanácsadó szakpszichológus (ELTE, 2011)

Pszichológus (ELTE, 2008)

CREDO

Hiszem, mindig van másik út, hogy mindig tehetsz mást, mint, amit addig tettél. Sokkal inkább mi határozzuk meg sorsunkat, mintsem a sors irányítaná életünk alakulását.

Vallom, ha ez a belátás megszületik, csakis akkor lesz képes felszabadítani a személy azokat a külső és belső erőforrásokat, melyekkel beteljesítheti mindazt, amire hivatott; felismerve saját felelősségét, s ráébred, a változás kulcsa ezután ő maga.

SZAKTERÜLETEK

- időgazdálkodás, karriermenedzsment
- konfliktus- és stresszkezelés
- önbizalom-önbecsülés-önértékelés pszichológiája
- változásmenedzsment/veszteségkezelés

MUNKAHELYEK

2015- Tanácsadó szakpszichológus (www.limparimre.com)

2012- Oktató, Karrier-tanácsadó (ELTE)

2012-2016 Tréner, Tanácsadó (Serendo Consulting)

2011-2012 Munkaerő-piaci tanácsadó (Kontakt Alapítvány)

2009-2011 Életpálya- és karrier-tanácsadó, Tréner (Foglalkoztatási Hivatal)

2008-2009 Tréner, Pszichológus (Magyar Honvédség)

2006-2008 Kortárssegítő (Kompanya Alapítvány)

KIEMELT REFERENCIÁK

- Felkészítő és reintegrációs tréningek missziós katonáknak (Magyar Honvédség)
- Executive és Life Coaching (HP)
- Tőzsdestressz-kezelés (New York Momentum Trader Oktatási Központ)
- Mentálhigiénés szupport (Magánrendelés)
- Karrier-tanácsadás (ELTE Karrierközpont)
- Pszichoedukációs előadások tartása (HP, GE, Serendo Consulting, ELTE, BME)

LIMPÁR IMRE – SZAKMAI ÖNÉLETRAJZ

MOTTÓ: „OLYAN AZ ÉLETÜNK, AMILYENNÉ GONDOLATAINK TESZIK” (MARCUS AURELIUS)

FŐBB SZAKMAI KOMPETENCIÁK

- Tréneri, csoportvezetési tapasztalat (több mint 3500 óra)
 - Kiváló előadókészség
 - Problémaelemző gondolkodásmód
 - Integratív módszerfelhasználás
-

OKTATÁSI TEVÉKENYSÉG

- **SZAKKOLLÉGIUMOK** (2013-2017) - **SZIK, MCC, ISSZK, BME MSZK**: Időgazdálkodás, Stresszkezelés, Lifecoaching
 - **ELTE** (2012-2017): Karriermenedzsment I., II.
 - **ZSKF** (2010-2014): Konfliktuskezelés; Kommunikáció.
 - **ELTE** (2009-2014): Viselkedéselemzés készségtárgy: Karriertervezés coachinggal.
 - **TÁMOP 2.2.2** (2009-2011) kiemelt EU-s program 2*3 napos akkreditált (Lifelong Guidande) képzései.
-

MÓDSZERSPECIFIKUS KÉPZETTSÉGEK

- **Pszichodráma** módszerpecifikus képzés (Magyar Pszichodráma Egyesület; 290 ó csoportvezető: Kovács Győző, Kónya Olga, 2014-2016, Bakó Tihamér, 2008)
 - **Tranzakcióanalízis**: 101-es képzés (Magyar Tranzakcióanalitikus Egyesület, csoportvezető: Józsa Zsuzsanna, 2010)
 - **Meditációs-imaginációs** módszerspecifikus képzés (Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület, 150óra, csoportvezető: Szombathelyi Éva, 2009-2011)
 - **Autogén tréning** módszerspecifikus képzés (Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület, csoportvezető: Szombathelyi Éva, 2007-2008)
-

KARAKTERJELLEMZŐK

- Pontos, precíz, megbízható munkavégzés, kreatív gondolkodás, optimista attitűd, nagy teherbírás és jó humorérzék.
-

SZAKMAFILOZÓFIA

- **Eredmény- és célorientált** szemléleti keretben, mellébeszélés nélkül, elsősorban **jövőfókusszal** a megoldásokra, a konkrét **'hogyan?'-okra koncentrálna**.
-

