

KO SAM JA VAN POSLA I EDUKACIJE

Vežba za unutrašnju stabilnost

Kada se previše vežemo za školu, titule i rezultate, svaka promena (otkaz, pauza, neuspeh, završetak studija) može ozbiljno da poljulja identitet. Ova vežba ti pomaže da izgradiš unutrašnju stabilnost, da znaš ko si čak i kada CV ne priča priču.

Kako da radiš vežbu

Uzmi papir ili otvori dokument. Odvoji 15–20 minuta. Samo iskreno.

Odgovori na sledeća pitanja za samorefleksiju:

1. Ko sam ja van posla i škole?
 - Kako me ljudi opisuju kada se ne priča o tome čime se bavim?
 - Koje osobine se stalno ponavljaju?
2. Šta mi je važno (vrednosti)?
 - Šta ne bih promenio/la ni zbog novca ni zbog statusa?
 - Šta me najviše nervira kada vidim kod drugih (često je suprotno od vrednosti)?
3. Šta me stvarno raduje i puni energijom?
 - Šta bih radilo/a i da niko to ne vidi?
 - Kada zaboravim na vreme?
4. Kako razmišljam i donosim odluke?
 - Da li sam analitičar/a, intuitivan/a, spor/a, impulsivan/a?
 - Šta mi pomaže da se smirim i vratim fokus?
5. Ko sam ja kada nema rezultata?
 - Kada nemam pohvale, titulu, potvrdu - šta i dalje ostaje moje?

Pravila vežbe

Ne pišeš da bi impresionirao/la bilo koga. Ovo nije za LinkedIn. Ovo je živi dokument - vraćaš mu se kad god se izgubiš.

Kako da koristiš ovu listu

Kao check-in kada donosiš važne odluke.

Kao sidro u periodima nesigurnosti.

Kao podsetnik da tvoja vrednost nije jednaka učinku.



career launch