mamcoach.pl

Od czego zacząć?

Marzysz o tym, żeby mieć dobrą, satysfakcjonującą Cię pracę, dopasowaną do Ciebie i Twoich potrzeb.
Czujesz, że nadszedł odpowiedni czas, żeby skupić się na swoim życiu zawodowym i chcesz poukładać je sobie bardziej po swojemu.
Ale od czego zacząć?
Na czym skupić się w pierwszej kolejności?
Jaki może być pierwszy krok na drodze do dobrego życia zawodowego?

Zapraszam Cię do odpowiedzi na 5 pytań.
Nie spiesz się. Na spokojnie przemyśl wszystkie pytania i zapisz swoje odpowiedzi na kartce.

MamCoach
Iza Kłodzińska

mamcoach.pl

Od czego zacząć?

QUIZ

Które zdanie najlepiej opisuje Twoją obecną sytuację zawodową?

A. Nie mam pojęcia gdzie mogłabym pracować

B. Ciągnie mnie w jednym kierunku ale nie jestem pewna czy to dobra opcja

C. Wiem co chcę robić ale nie wiem jak się za to zabrać

D. Przede wszystkim boję się, że sobie nie poradzę na rynku pracy

MamCoach
Iza Kłodzińska

mamcoach.pl

Od czego zacząć?

QUIZ

W czym czujesz, że potrzebujesz wsparcia?

A. W wymyśleniu tego, co chciałabym robić

B. W potwierdzeniu, że mam dobry pomysł na siebie

C. W opracowaniu konkretnych kroków i działań

D. W uwierzeniu we własne możliwości

MamCoach
Iza Kłodzińska

mamcoach.pl

Od czego zacząć?

QUIZ

Zamknij oczy, weź oddech, wyobraź sobie siebie za rok. Co widzisz?

A. Pracuję w miejscu, w którym jest mi dobrze. Ale nie wiem dokładnie co to za miejsce.

B. Czuję, że przez ostatni rok utwierdziłam się w swoich decyzjach, wiem gdzie zmierzam.

C. Pracuję tam, gdzie mnie ciągnęło od początku.

D. W końcu czuję, że mam siłę sięgnąć po swoje. Jest mi ze sobą bardzo dobrze.

MamCoach
Iza Kłodzińska

mamcoach.pl

Od czego zacząć?

QUIZ

Co do tej pory motywowało Cię do działania?

A. Świadomość tego, że wiem gdzie zmierzam. Oczami wyobraźni widzę, że osiągam sukces.

B. Jasno określony cel. Wiara, że podjęłam słuszną decyzję.

C. Małe sukcesy. Świadomość, że kolejne kroki przybliżają mnie do celu.

D. Sama nie wiem. Czuję, że brakuje mi siły na jakiekolwiek działanie.

MamCoach
Iza Kłodzińska

mamcoach.pl

Od czego zacząć?

QUIZ

Co może Ci stanąć na drodze do zdobycia wymarzonej pracy?

A. Inne czynności, odwrócenie uwagi przez pilniejsze sprawy.

B. Zniechęcenie, odpuszczenie, słomiany zapał.

C. Brak pomysłów na to co robić dalej, jak przybliżyć się do celu.

D. Brak pewności siebie.

MamCoach
Iza Kłodzińska

mamcoach.pl

Od czego zacząć?

KLUCZ ODPOWIEDZI

Najwięcej odpowiedzi A

Potrzebujesz popracować nad swoją wizją, dokładnie określić to, czego chcesz. Jeśli nazwiesz swoje tęsknoty i pragnienia, wyobrazisz sobie, że je zaspokajasz i spróbujesz poczuć zadowolenie i satysfakcję z ich osiągnięcia, znacznie łatwiej będzie Ci postawić kolejny krok i określić kierunek działania.

MamCoach
Iza Kłodzińska

mamcoach.pl

Od czego zacząć?

KLUCZ ODPOWIEDZI

Najwięcej odpowiedzi B

Potrzebujesz skupić się na zidentyfikowaniu konretnego celu oraz utwierdzeniu się w przekonaniu, że jest to Twój wymarzony cel. Jeśli Twój cel będzie autentyczny i dopasowany do Ciebie, poczujesz ekscytację na samą myśl, że tam zmierzasz.

MamCoach
Iza Kłodzińska

mamcoach.pl

Od czego zacząć?

KLUCZ ODPOWIEDZI

Najwięcej odpowiedzi C

Potrzebujesz popracować nad planem działania, podjąć konkretne decyzje związane z jego realizacją oraz zdefiniować korzyści wynikające z realizacji planu. Uporządkuje to Twoje działania, zwiększy szansę na trzymanie się obranego kursu i da Ci namacalny dowód na to, że zaliczasz po drodze kolejne etapy związane z powrotem na rynek pracy.

MamCoach
Iza Kłodzińska

mamcoach.pl

Od czego zacząć?

KLUCZ ODPOWIEDZI

Najwięcej odpowiedzi D

Potrzebujesz zidentyfikować swoje zasoby. Skupienie się na swoich sukcesach i zaletach sprawi, że poczujesz w sobie więcej siły i będzie Ci łatwiej uwierzyć w to, że dasz radę zdobyć wymarzoną pracę.

MamCoach
Iza Kłodzińska

mamcoach.pl

Od czego zacząć?

Mam nadzieję, że mój quiz pomógł Ci w odpowiedzi na pytanie od czego zacząć pracę nad znalezieniem swojego wymarzonego miejsca na rynku pracy.

Być może wiesz już na czym powinnaś się skupić w pierwszej kolejności i jaki może być pierwszy krok na drodze do dobrego życia zawodowego.

Co chcesz teraz z tym zrobić?

Życzę Ci wytrwałości, cierpliwości i odwagi w sięganiu po dobre życie zawodowe.
WARTO! :)

MamCoach
Iza Kłodzińska