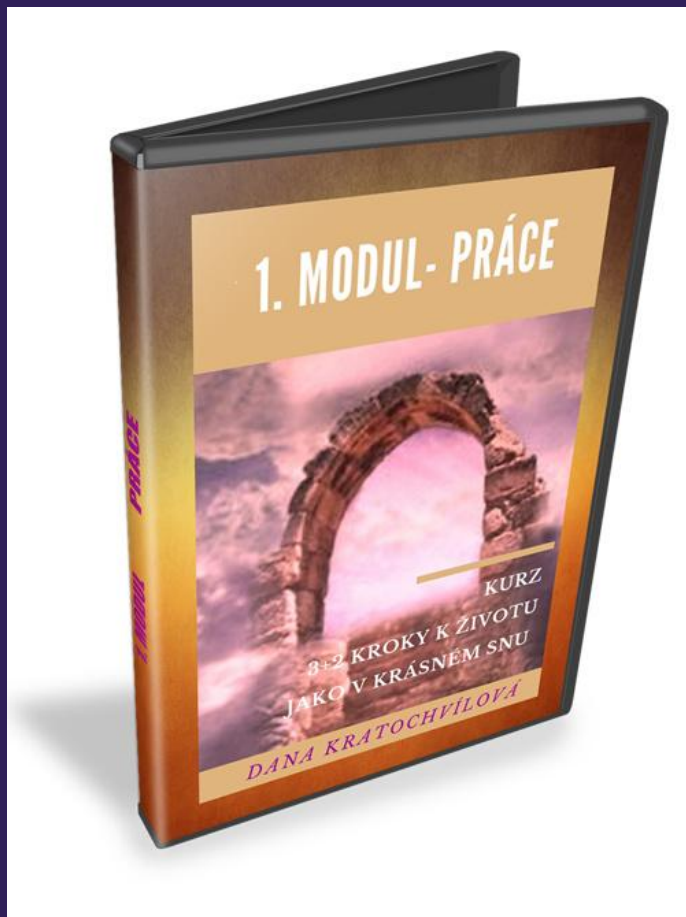




Kurz „3+2 kroky k životu jako v krásném snu“

Dana Kratochvílová

MODUL 1- PRÁCE

Pracovní listy pro vaše poznámky a zjištění

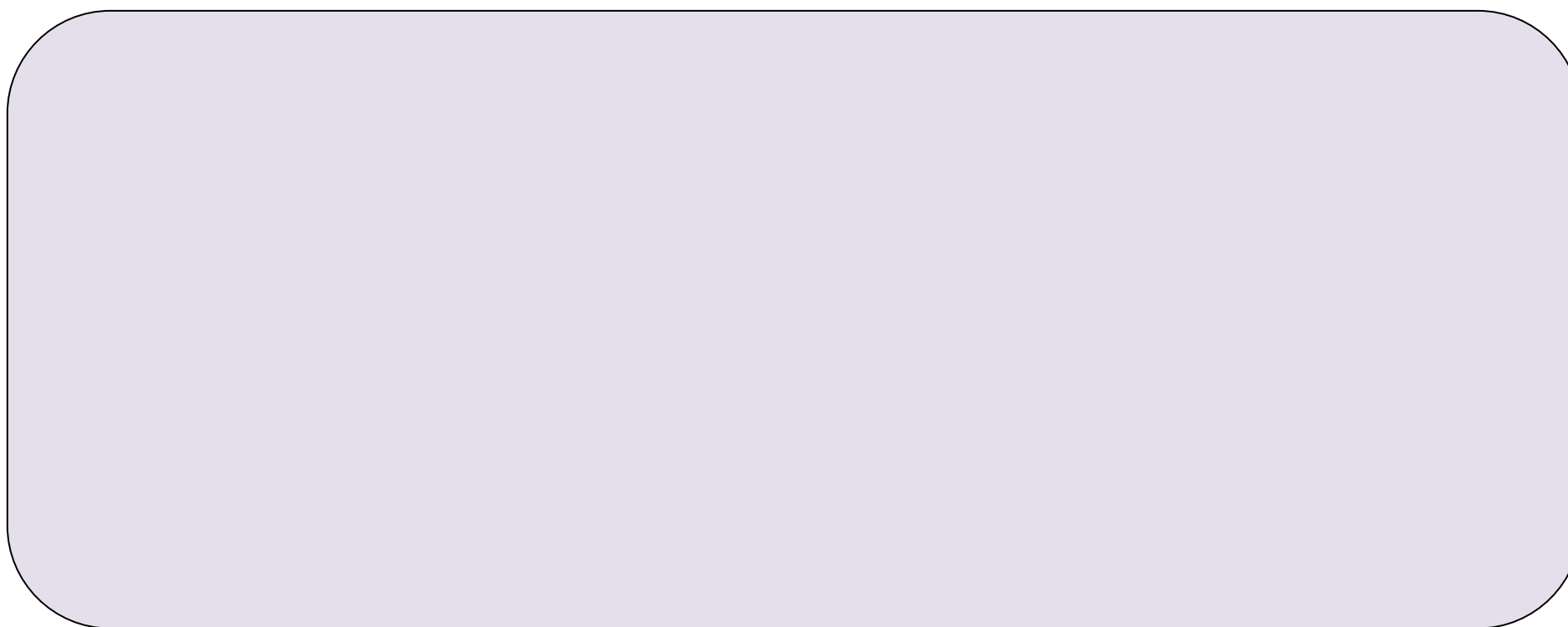
“3+2 kroky k životu jako v krásném snu”

MODUL 1- PRÁCE



Analýza stávající situace

Co se vám na stávajícím zaměstnání líbí? Pokud teď práci nemáte, zavzpomínejte na svou poslední práci. Co vás baví, co vám jde, co vás naplňuje, jaký užitek vnímáte? Najděte sebemenší detaily a napište si je.



Co vám naopak chybí? Co byste ve své práci uvítali. Čím byste ji doplnili? Nebojte se popustit uzdu své fantazie a dodat do svých postřehů co nejvíce fantazie. Co byste uvítali? Vše si vypište.



Ted' se vrátíme hlouběji do minulosti

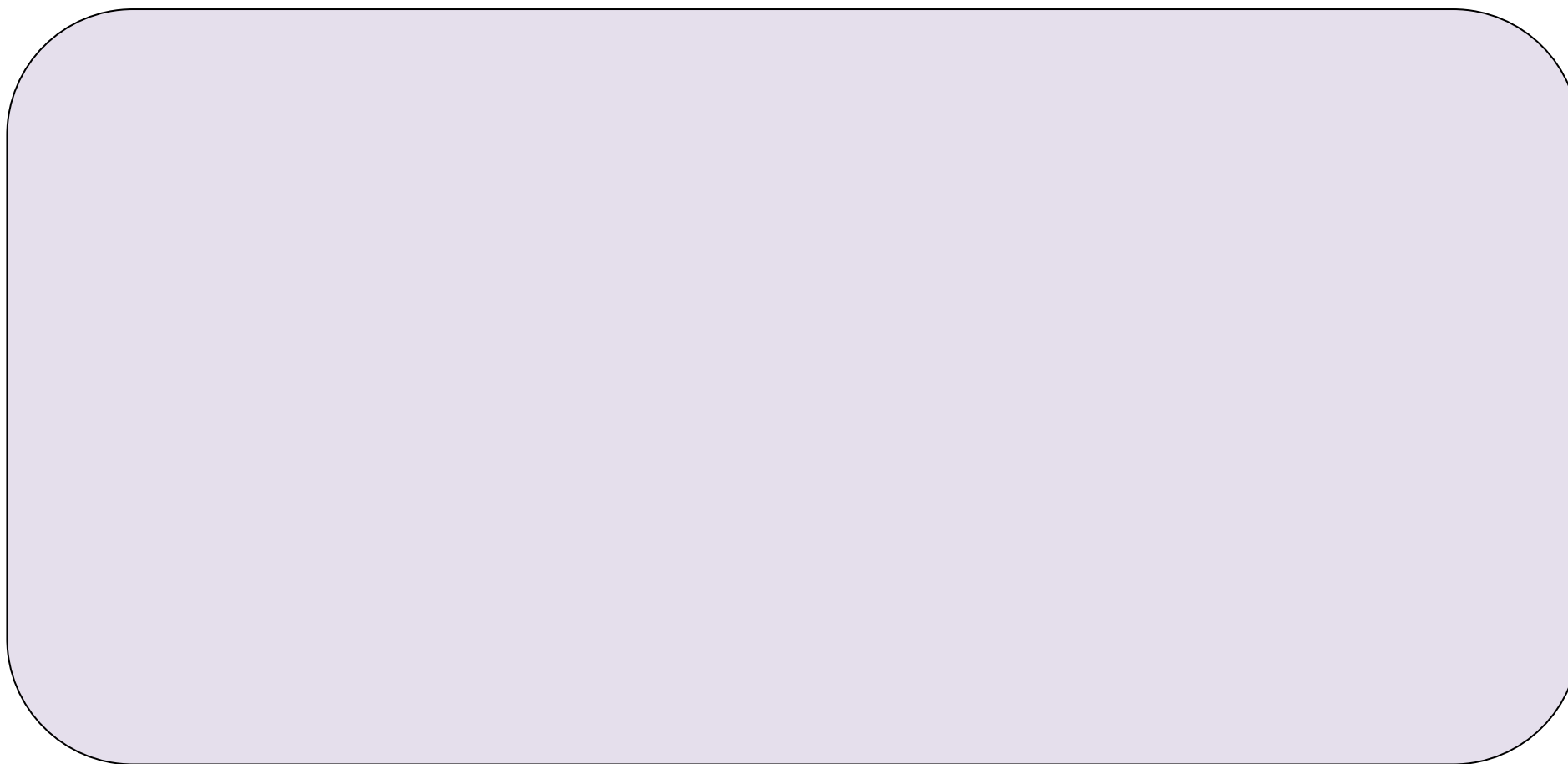
Co jste slýchávali v dětství a v pubertě o práci?

Slyšeli jste někdy slova jako: „**Bez práce nejsou koláče**“? Co vám kvůli tomu utkvělo v podvědomí? Pokud mi něco jde téměř samo a s lehkostí, nemohu za to získat odměnu. Ale není to tak, každý máme talent a přirozené vlohy na něco jiného. A není žádný důvod podceňovat a zneuznávat svou hodnotu, jen proto, že jste zrovna v tomto ohledu jedineční!

„**Jsi lenost a ničeho v životě nedosáhneš**“ Nevěřte tomu, možná to jen znamená, že máte na věci svůj systém a v úklidu a přehnané pečlivosti nevidíte svou prioritu. Více kolik slavných umělců bývalo označováno jako lenoši? Nejste manuálně zruční? No a, třeba mám to zase neuvěřitelně vyvinuté analytické myšlení nebo se raději zaměřuje na to, co vám jde, a ostatní záležitosti raději delegujete na někoho jiného. A to je podle mě správně. Ušetří vám to čas i energii.

„**Tím, co tě baví, si nikdy nevyděláš**“ Jak toto může někdo říct? Vždyť vydělávat si tím, co vás baví a naplňuje je snad to nejlepší, co může být. Nenechte se odradit. Když svou práci budete dělat s láskou, tak se to vždy na výsledku pozná. Ano, začátky nebývají vždy jednoduché, ale uspěje ten, kdo vytrvá.

Co jste slýchávali vy? Napište si tyto „památčné“ věty a rady do života. K nim si dopište také, jak vás ovlivnili. A proč jim nevěřit.



O čem jste v dětství snili, čím jste chtěli být?

Možná vám vaše sny byly rozmluveny z různých důvodů. Např. „Na to nemáš talent!“, „Víš, kolik lidí toto dělá, proč bys měl uspět zrovna ty?“ „I Anička od vedle je lepší než ty.“ „S takovými známkami nemáš šanci!“,....

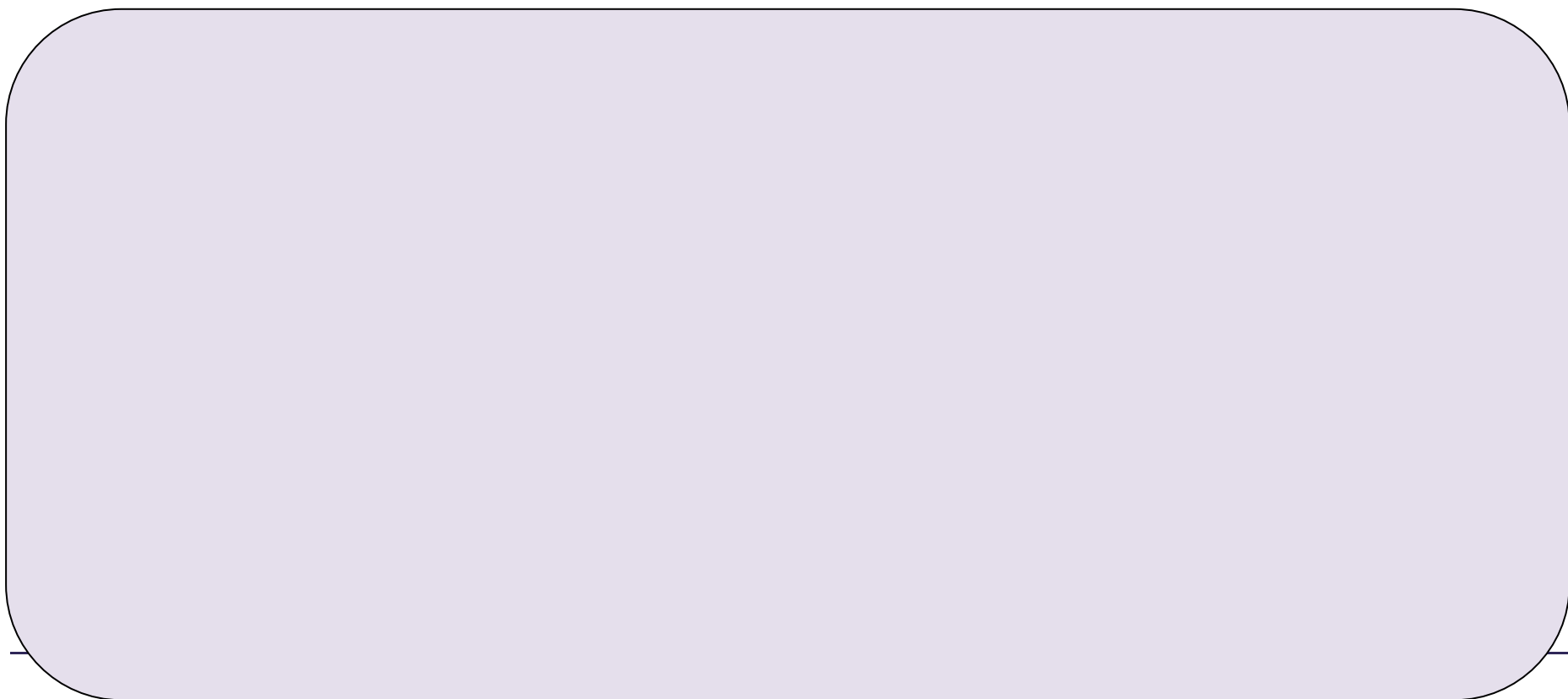
Nebo vám bylo odepřeno vůbec něco vyzkoušet? Co bylo vaším snem? Chtěli jste tančit, hrát na kytaru nebo fotbal? Často se stává, že rodiče nemají peníze nebo čas, aby se dítě mohlo vyvíjet, jak touží, a tak mu raději vysvětlí proč je to hloupost, než aby přiznali pravý důvod.

Tak schválně, čím jste chtěli být jako malý?

„Já herečkou. K přijímačkám na uměleckou školu jsem ani nešla, protože mi bylo vysvětleno, že musím umět úžasně zpívat a hrát minimálně jeden hudební nástroj. Realita je taková, že svůj zpěv mohu použít jen v krajní nouzi (zbraň hromadného ničení nebo jako poslední možnost při sebeobraně– ale to i bylo asi považováno za nepřiměřenou obranu). Svůj sen jsem si splnila o mnoho let později. Už je to 5 let, kdy byl u nás založen ochotnický divadelní soubor, a já jsem jedním ze zakládajících členů. A pro pobavení– i můj zpěv se hodil do komediální situace v naší poslední hře.“

Jak jste to měli vy? Mám v kurzu princezny, popeláře, návrháčky nebo závodníky?

Napište své dětské sny o budoucím povolání. Pokud jich bylo více, tak si je také poznamenejte. Vypište i důvody, proč jste to nikdy nezkusili (pokud ještě máte stejné ambice) nebo proč vám váš sen nevyšel. Možná si právě vybavíte i nějaké to zapomenuté přání.



Jdeme napláňovat vaši skvělou pracovní budoucnost

Nebyla bych to asi ani já, kdybych vás teď neuvedla do světa fantazie

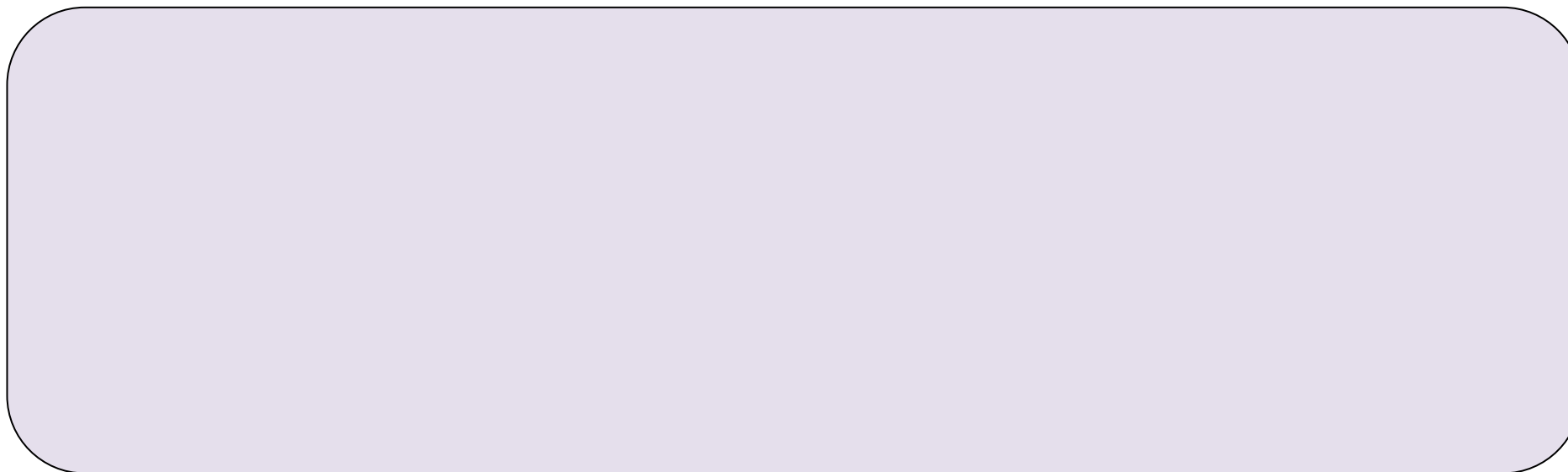
Zamyslete se nad tím, jaký by byl váš ideální pracovní den. Začnete krásně od začátku. Kdy začíná váš pracovní den? Jedete někam nebo pracujete z domu? Jaká je náplň vaší práce? Jak máte práci zorganizovanou, aby vše plynulo a úžasně fungovalo? Jakých odměn se vám dostává?

Nalad'te se na své pocity a popište si vše barvitě, včetně emocí. Zapojte všechny své smysly. Co vidíte, když se rozhlédnete, jaké zvuky vaši práci doprovází, čeho se dotýkáte, jak to tam voní, co jíte o přestávce, jakou náladu vám vaše práce přináší?

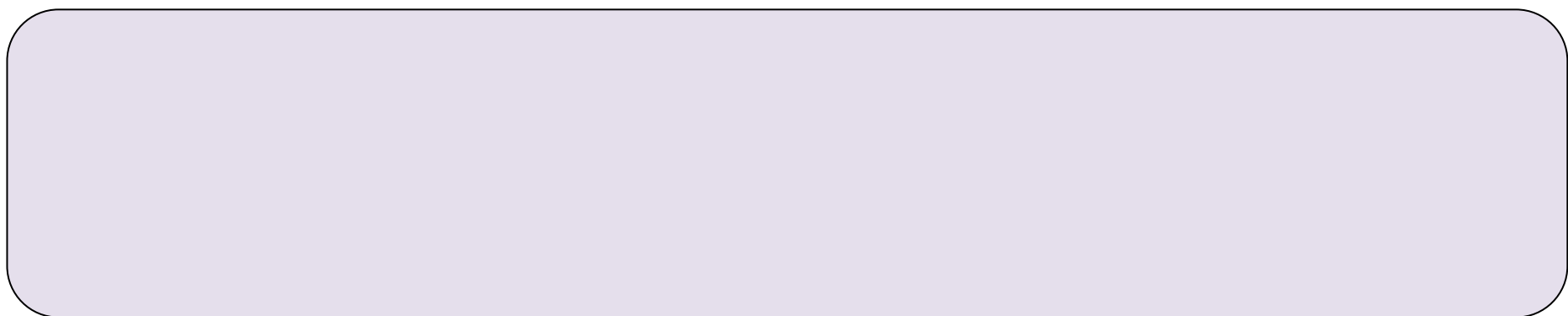
Jaký je start vašeho pracovního dne?



Jak probíhá váš pracovní den?



Jak se cítíte po skončení dne?



Jak to udělat, aby se sen stal skutečností?

Poznamenejte si nápady (kroky), které by vás přiblížily vaší práci snů. Sepište si, co můžete udělat nyní a co bude vyžadovat delší čas. Buďte realisté, ale zároveň se nenechte odradit od svého přání. K jednotlivým krokům si dejte i termíny, kdy vše vykonáte a zařídíte.

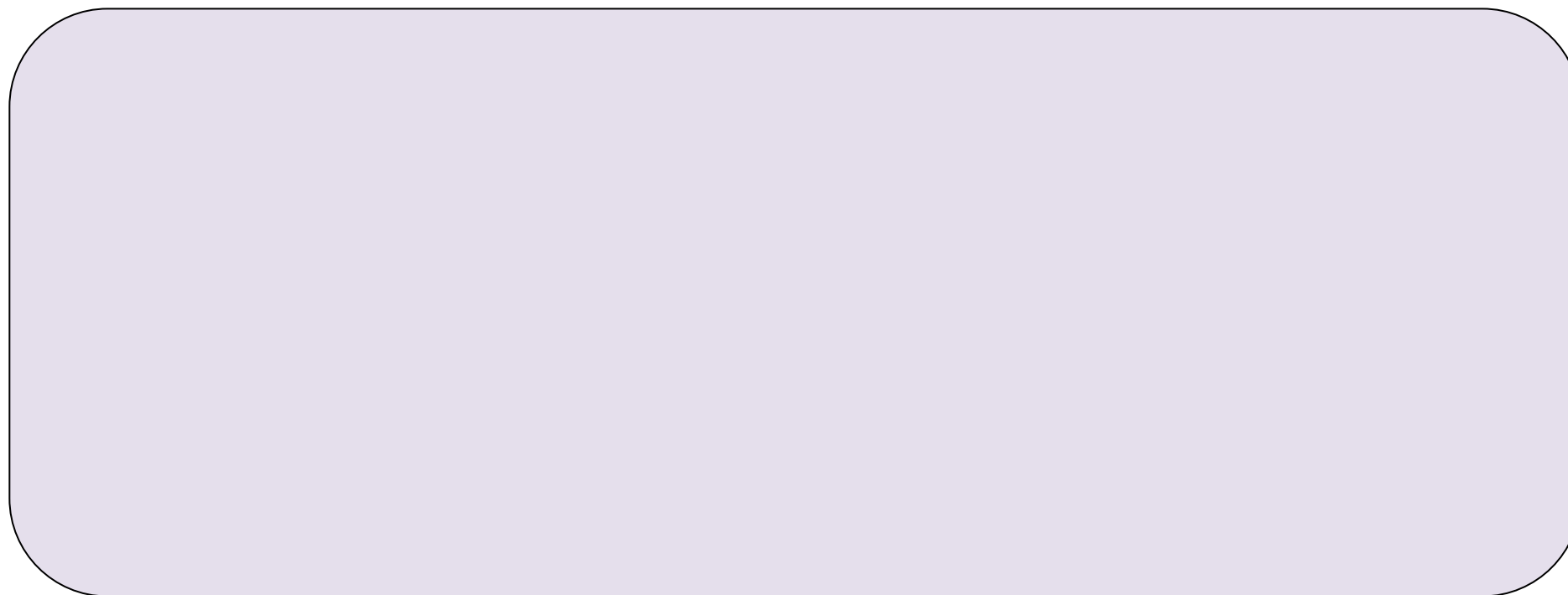
Např., pokud chcete začít podnikat (prodávat své obrazy na zakázku, dělat diety na míru, pomáhat ostatním v složitých životních situacích, které jste sami již zvládli, atd). Začnete tím, že si do týdne vytvoříte „pracovní“ Facebookovou stránku nebo skupinu a vytvoříte první příspěvky (neprodejní, prozatím). Do konce dalšího týdne si vyřídíte potřebnou živnost. Do měsíce si uděláte web, abyste mohli svou tvorbu ještě více dostat do povědomí. Získáte první reference od klientů (klidně od vašich přátel a příbuzných, kterých jste pomohli darem nebo zdarma). Zvolíte si strategii, jak se dostat více do popředí. Jak na sebe upoutáte pozornost? Čím zaujmete první zákazníky?

Nebo

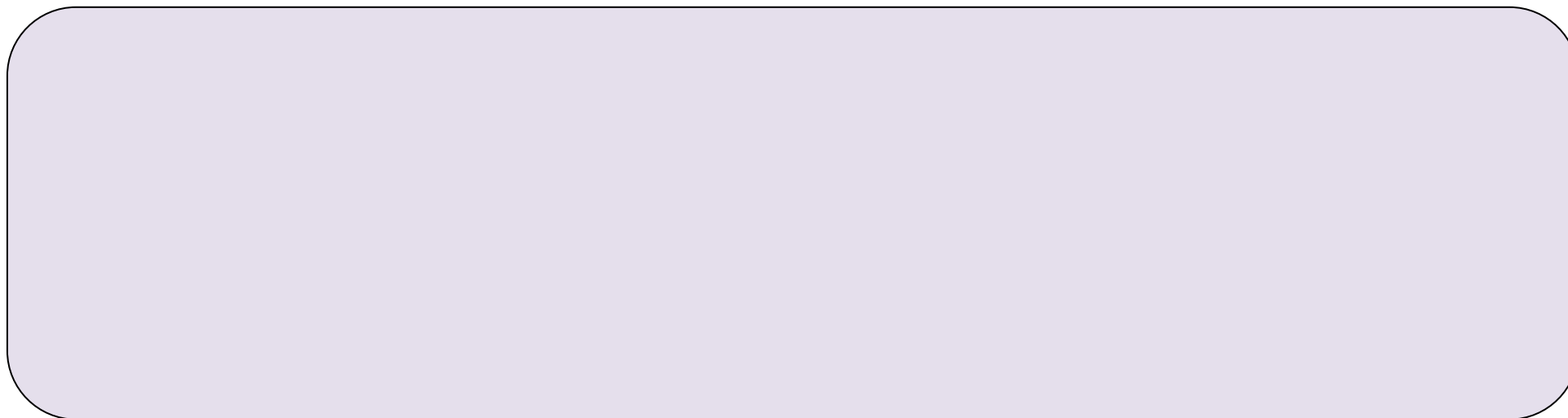
Chcete si najít práci, která vás bude bavit, naplňovat a zároveň bude dobře finančně ohodnocena. Začnete tím, že si sepíšete své požadavky, které musí práce splňovat. Rozmyslíte si, zda jste ochotni do zaměstnání cestovat a jaká pracovní doba je pro vás přijatelná. Do dvou dnů si vytvoříte úžasný životopis (na internetu je spoustu návodů zdarma nebo požádejte nějakého personalistu). Do týdne

projdete servery, kde se práce nabízí. U těch nezajímavějších si zadáte svá kritéria, aby vám mohly chodit nabídky jim odpovídající. Na každou relevantní nabídku bezodkladně odpovíte. Zamyslete se také nad svými přednostmi a jedinečnostmi, ať je neopomenete zmínit v úvodním dopise nebo při osobním pohovoru.

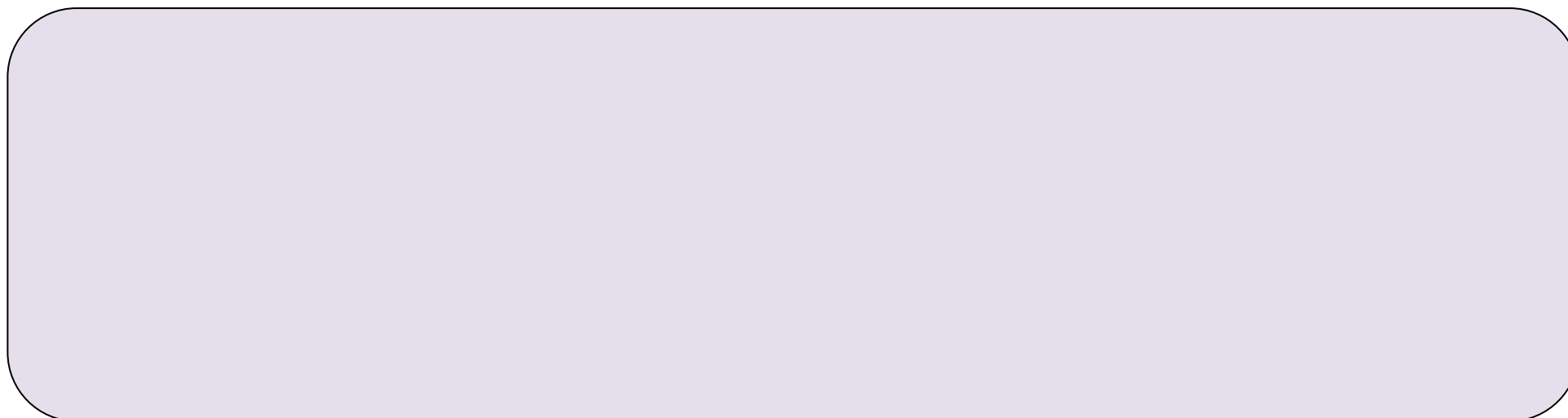
Co udělám v prvních dnech (jednotlivé kroky a termín)?



Jaká je má strategie na nejbližší období?



Jak budu dlouhodobě směřovat ke svému cíli?



Možná vás ještě něco napadlo, co jsem zde neuvedla

Poznamenejte si další své „AHA“ momenty

