

posviť si
na spokojnosť v práci



*Posviť si na cestu vpřed tím,
že si ji promyslíš.
Všechny odpovědi máš v sobě.
Stačí si naslouchat.*

*Připrav si dobré pití a klid.
Nespěchej. Najdi si na sebe
alespoň 2 hodiny času.
Neboj se přestat a dát si pauzu.
Rozlož si přemýšlení klidně
do více dní.*

*Přeskakuj, škrtej, vyhazuj.
Žádná odpověď není špatná.*

Hledáš nějakou konkrétní odpověď?
Nebo přicházíš s obecnější zakázkou?
Máš-li jakákoliv očekávání, odlož si je sem,
ať se ti při hledání neztratí z dohledu.

A large, empty rectangular box with a thin black border occupies the lower right portion of the page, intended for the user to write their expectations or questions.



Jak se cítíš, když jdeš do práce?
A jak se cítíš, když jdeš z práce?

Co máš na své práci ráda?

Co na své práci nemáš ráda?

Chtěla bys pracovat méně, nebo více?

Co je pro tebe v práci tím největším zdrojem stresu?

Co by se dělo, kdybys byla podstatně méně úspěšná v tom, co děláš?

Co by se dělo, kdybys byla výrazně úspěšnější v tom, co děláš?

Co přesně ti brání, abys naplno rozvinula svůj potenciál?

Koho bys chtěla ohromit svými pracovními výsledky? Proč?

Jaké vlastnosti by měl mít tvůj ideální šéf nebo šéfka? Jak se liší od tvého aktuálního šéfa nebo šéfky?

Proč je skvělé s tebou pracovat?

Proč je s tebou těžké pracovat?

Jak ti tvoje práce ovlivňuje partnerský vztah, rodinu nebo přátelství?

U jakých pracovních činností začneš vždycky prokrastinovat?

U jakých pracovních činností se vždycky dostaneš do flow?

Vyděláváš peníze způsobem, na který jsi hrdá?

Co bys v rámci své kariéry udělala zpětně jinak?

Kolik peněz měsíčně bys chtěla vydělávat?

S kolika penězi by sis měsíčně vystačila?

Kolik peněz na účtu ti dodává pocit klidu a jistoty?

Kdyby peníze nehrály roli, jak bys trávila svůj čas?
Čemu by ses věnovala?

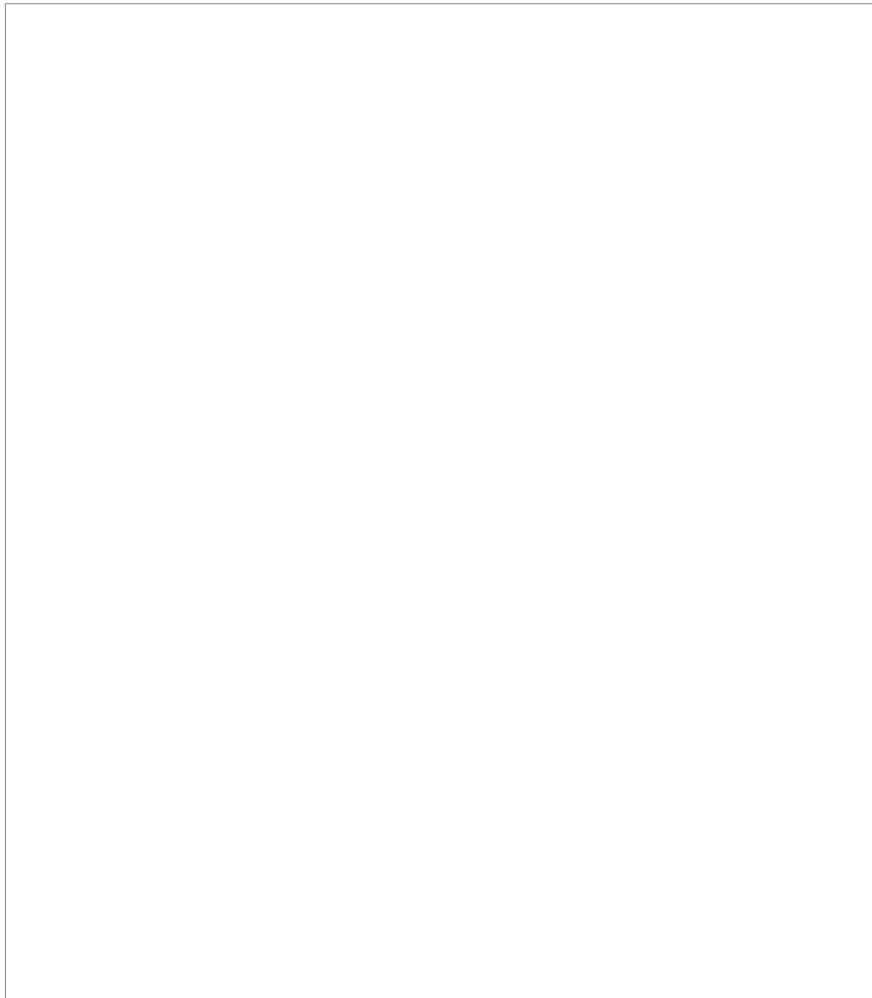
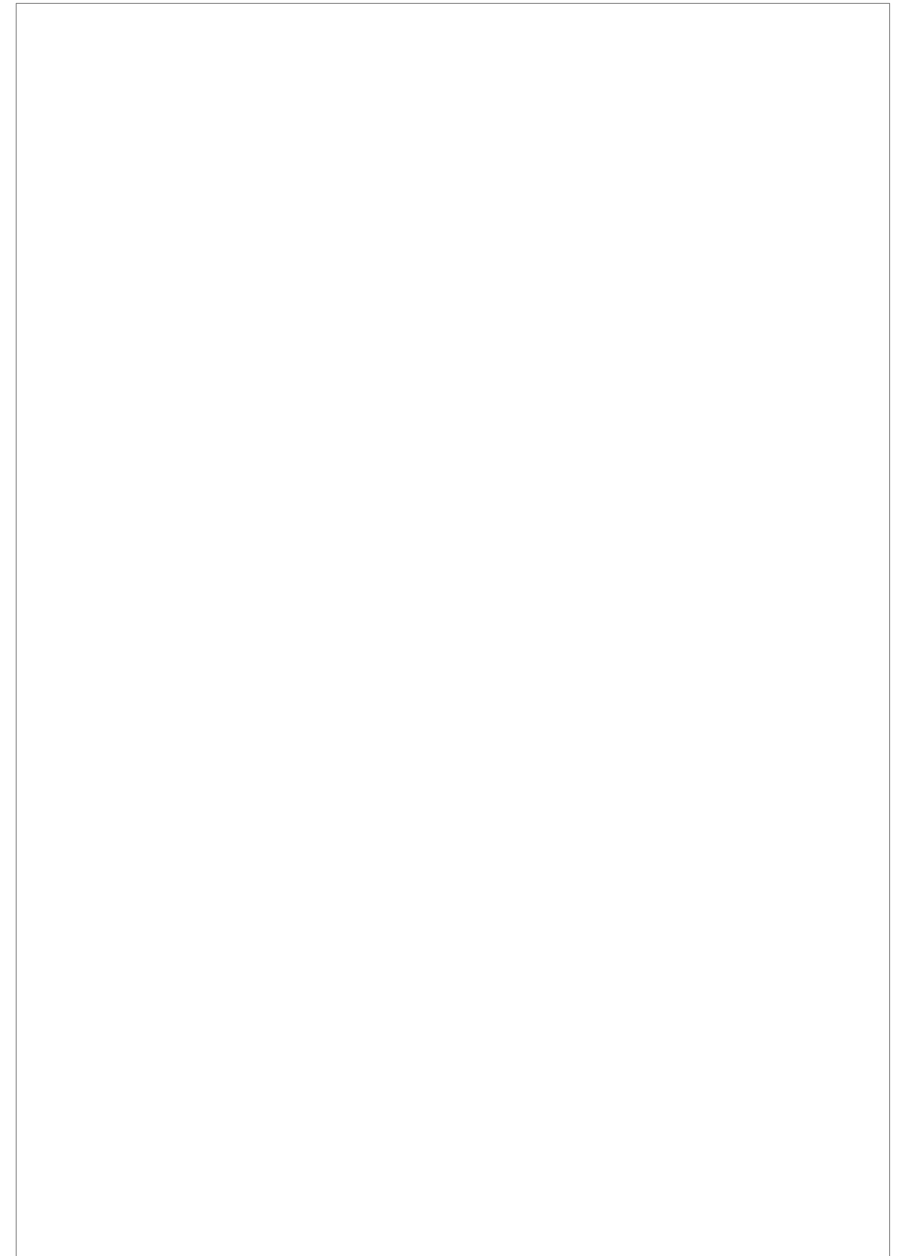
Na co jsi ve své kariéře nejvíc pyšná?

Jaké ambice bys sis chtěla v nejbližších dvou letech naplnit?

WOW!
Hotovo?
Skvělá práce!

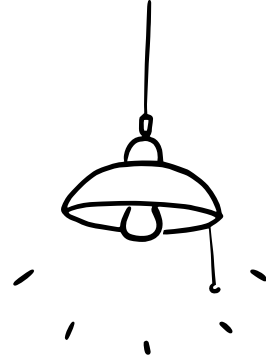


Kterých 10 myšlenek si z tohoto zamyšlení odnášíš?
Shrň své aha-momenty, nové poznatky či dej rovnou
dohromady akční plán kroků, do kterých se pustíš.

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for the user to write their thoughts and action plan.A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for the user to write their thoughts and action plan.

Rozhovor sám se sebou je skvělý nástroj
sebepoznání, ale ne vždy nám stačí.

Pořád si s něčím nevíš rady?
Jdi si o tom popovídat s někým dalším.
A pokud ve svém okolí nikoho takového
nemáš, vezmi si k ruce profíka.
Třeba terapeuta nebo kouče.



Jsou ti teď věci jasnější?

Posviť na cestu i ostatním
a zsdílej to na sítích pod
#posvitsi.