

Koło życia zawodowego

- Na ile jesteś zadowolony/na ze swojego życia zawodowego?
- Które obszary są dla Ciebie ważne?
- W których obszarach idzie Ci dobrze, a które chciałbyś/łabyś poprawić?
- Które obszary przeszkadzają Ci w uzyskaniu satysfakcji?
- Co chciałbyś/łabyś wpisać zamiast znaków zapytania, co jest dla Ciebie ważne? Wpisz to!
- Jak to wszystko jest zbalansowane, zrównoważone?



Przyjrzyj się swoim ocenom i reakcjom na nie - coś Cię zaskoczyło, zdziwiło, ucieszyło, dodało skrzydeł?

Czego dowiedziałeś/łaś się o sobie?

Czy coś wydaje Ci się szczególnie ważne?

Czy nasuwają Ci się jakieś ważne wnioski, które chcesz wyciągnąć z tego ćwiczenia?

Jak wyglądałaby podróż, gdyby Twoje Koło Życia było realnym kołem, jakby się jechało, gładko, płynnie czy w szarpany sposób?

W jakich obszarach chciałbyś/łabyś zwiększyć swoją satysfakcję? Najniższy wynik nie oznacza, że ten obszar powinieneś/powinnaś wybrać. Praca, nad którym obszarem przyciąga Cię najbardziej? Jaki wynik chciałabyś/ chciałbyś uzyskiwać w każdym z obszarów – co jest możliwe, a o czym marzysz? Co dałoby Ci poczucie spełnienia?

A może jest jakiś obszar, który ma największe znaczenie na satysfakcję w pozostałych obszarach?

A może za któryś obszar jest najłatwiej się zabrać?

Decyzja należy do Ciebie.

Zapisz datę, bo to jest obraz tej chwili, po pewnym czasie może się zmienić.