

JSEM

Přítomnost

Co Ti vadí na Tvé současné práci? Zamysli se a všechno si zapiš.
Může to být např.:

Protivný šéf, otravní kolegové, napětí a stres, nízké ocenění, málo času, žádný postup, žádný růst,
nudná práce, rutina, nedostatek kreativity, nenaplnění, pomluvy...

Dnes je:

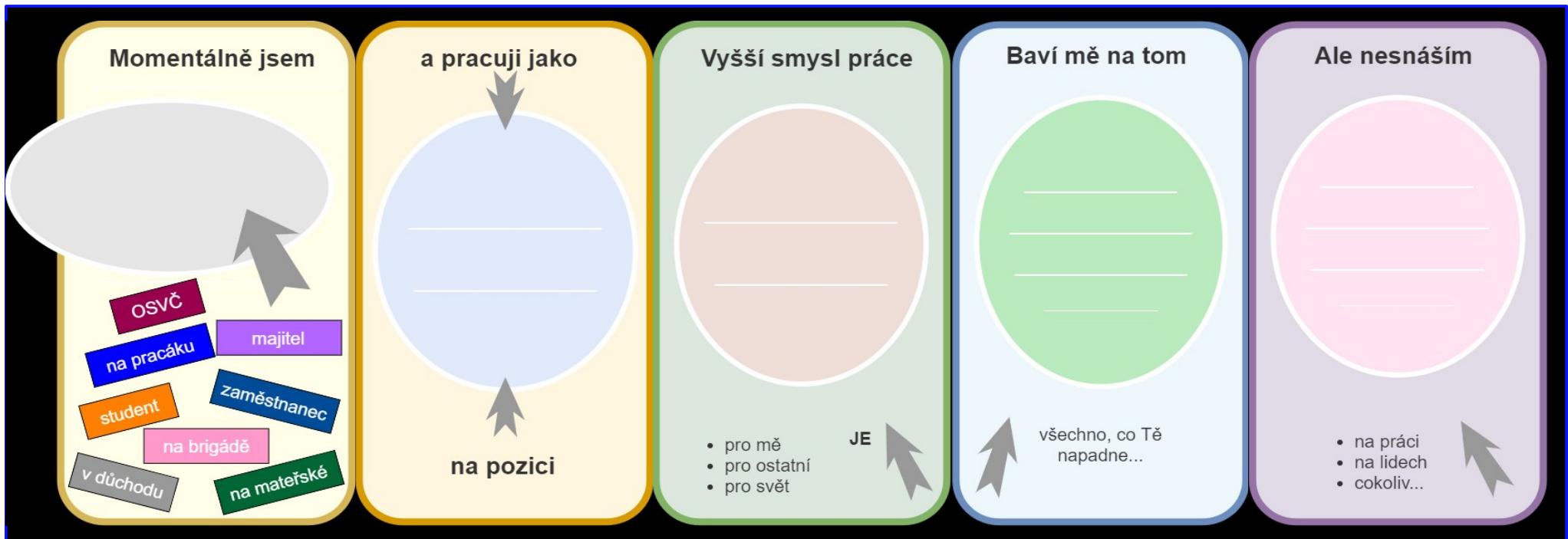
1P-1

1P-0

4P-0

4P-2

Určitě přidáš i vlastní body:



MŮŽU POMOCT

MÁM RÁD/A

ŠTVE MĚ

NESNÁŠÍM

Na co z toho můžeš ukázat lidem řešení?

V životě hrajeme nespočet rolí. Některé dobrovolně, některé povinně. A u některých si jen myslíme, že jsou povinné. Jak můžeme naše role využít, dát jim ještě vyšší smysl? Co Tě baví nejvíce? Nemusí to být mateřství, i když „SE“ to často předpokládá. Kterou roli hraješ z nutnosti (jakože OPRAVDU musíš)?

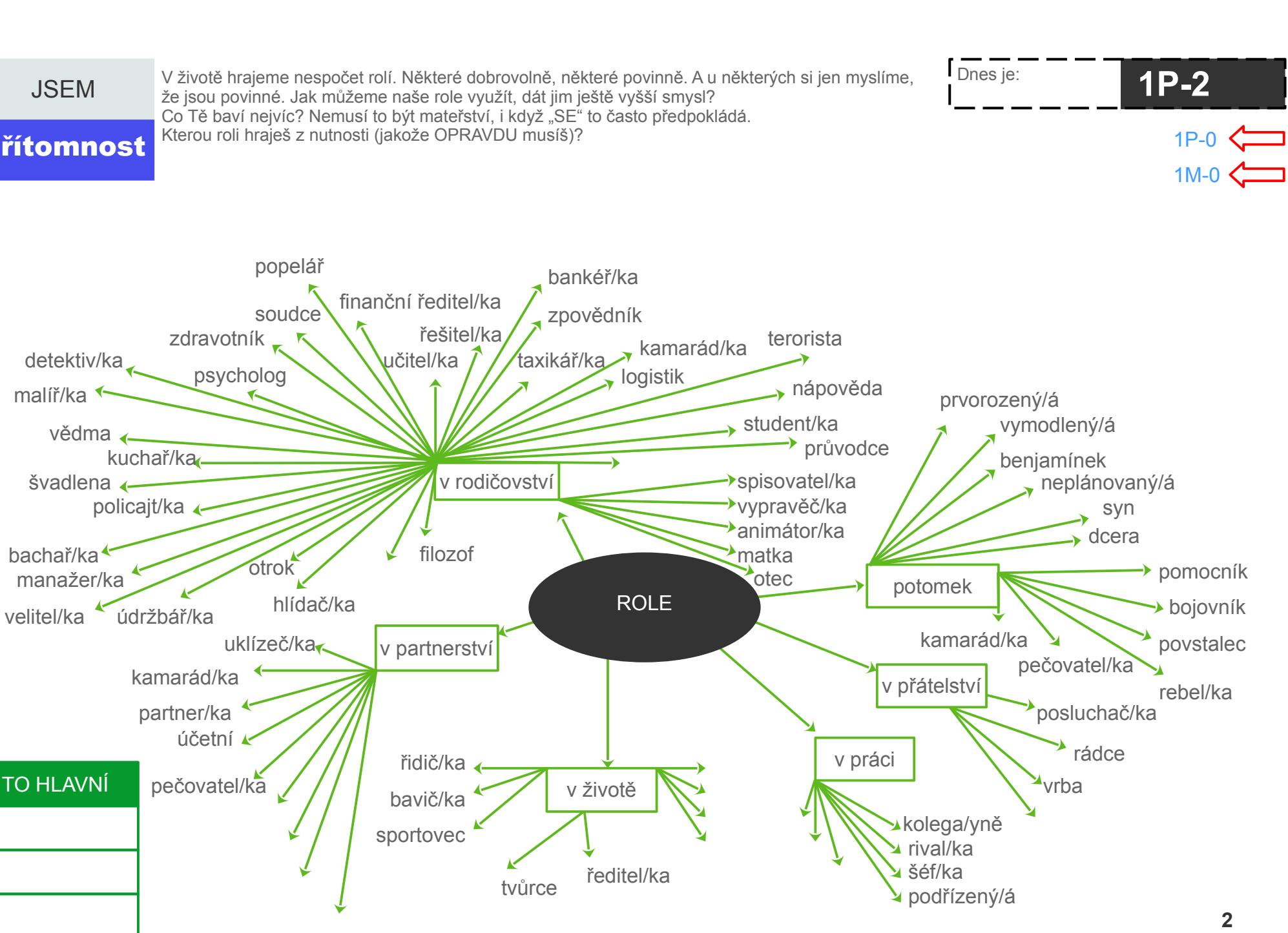
Dnes je:

1P-2

1P-0 ↙

1M-0 ↙

TO HLAVNÍ



Sebepojetí 1

jak se vidím a vnímám já

JSEM

Přítomnost

JÁ

NEDĚLÁM

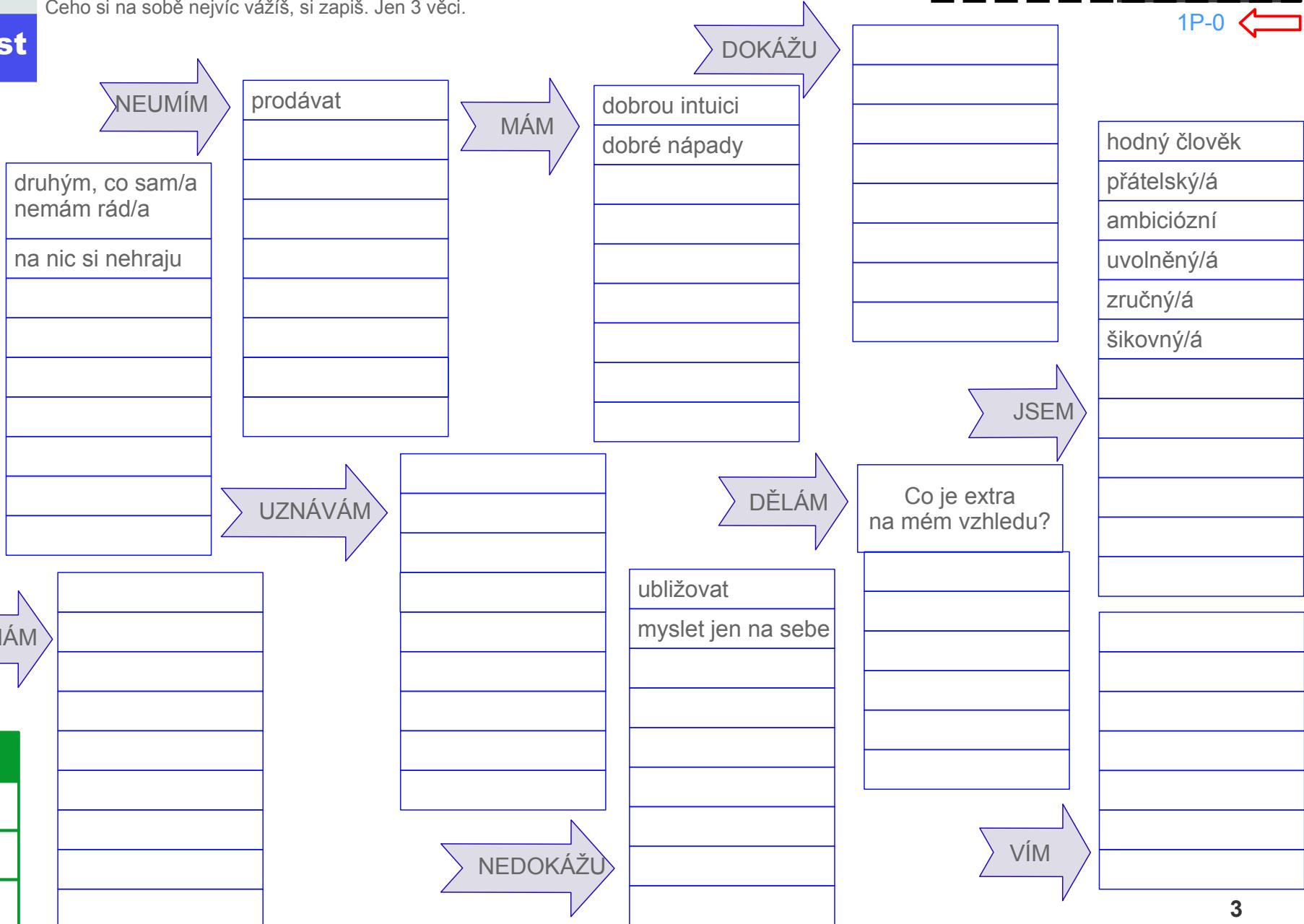
TO HLAVNÍ

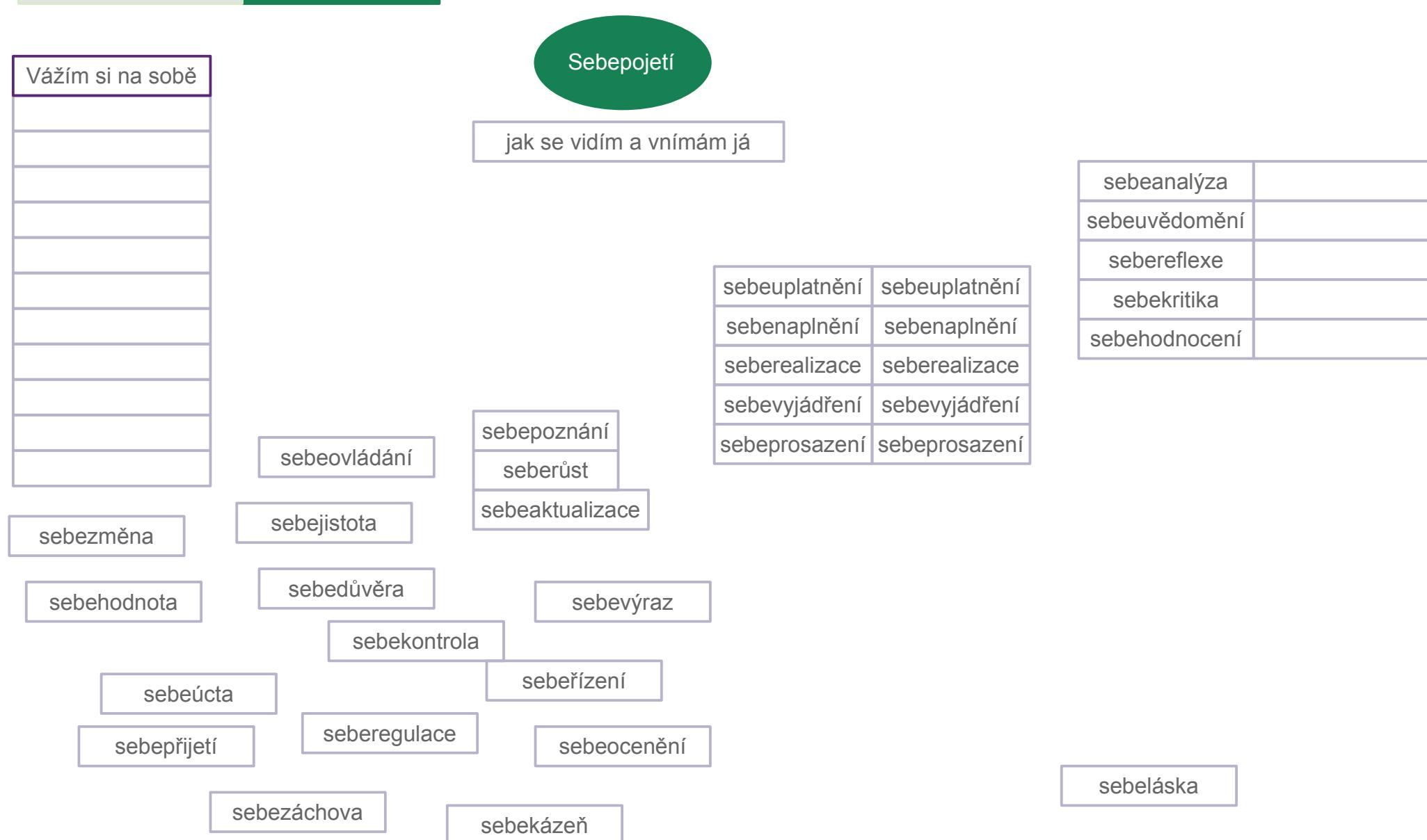
Je hodně příležitostí k objevení vlastní jedinečnosti. Tím, že se cíleně snažíme svoji exkluzivitu pojmenovat, můžeme pomoci i ostatním zvýšit sebedůvru. Čeho si na sobě nejvíce vážíš, si zapiš. Jen 3 věci.

Dnes je:

1P-3

1P-0





JSEM

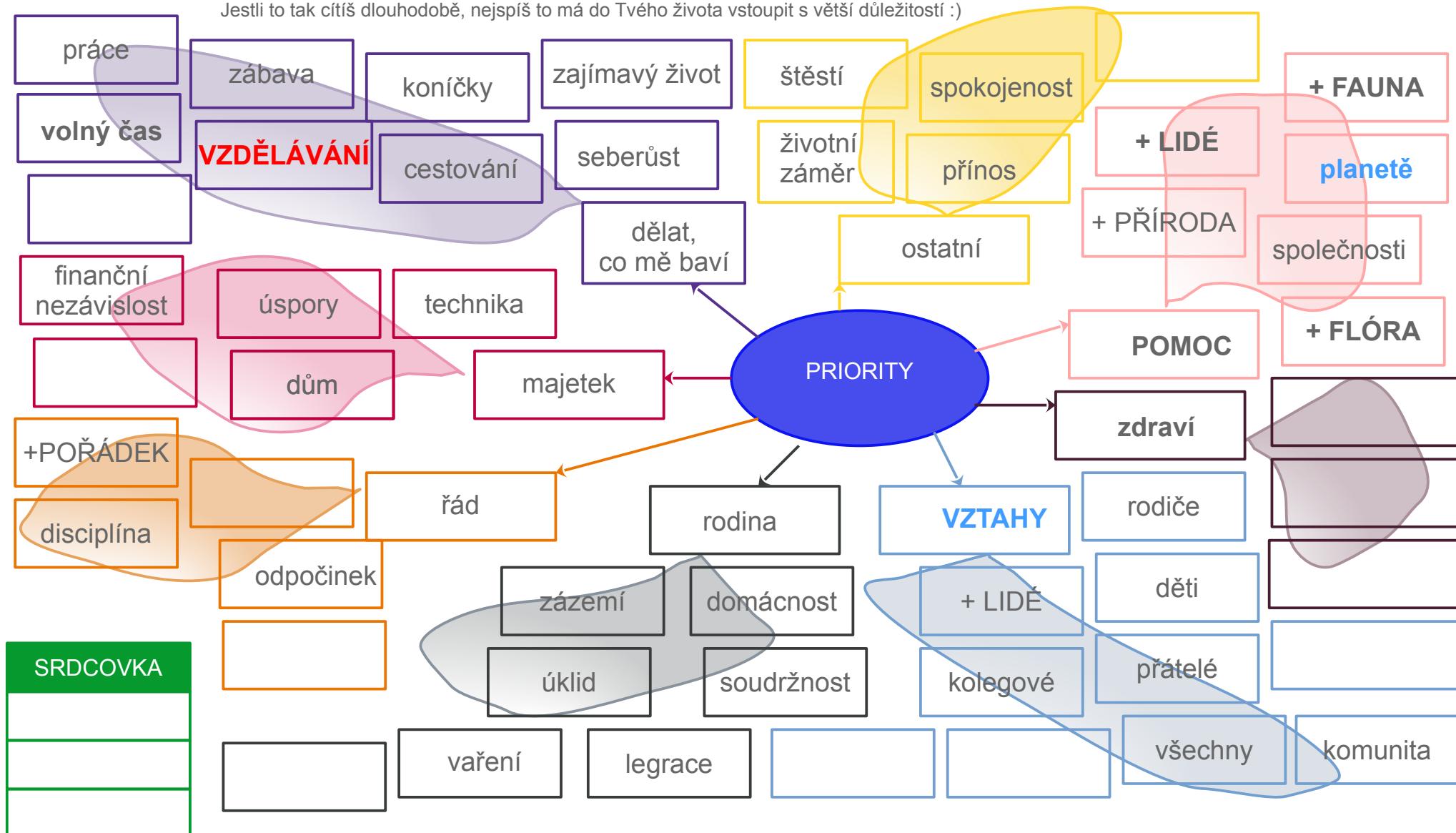
Pro začátek je užitečné zamyslet se, co právě teď považuješ v životě za stěžejní a proč. Jen tři věci, prosím.

Dnes je:

1P-4

1P-0 ←

Přítomnost



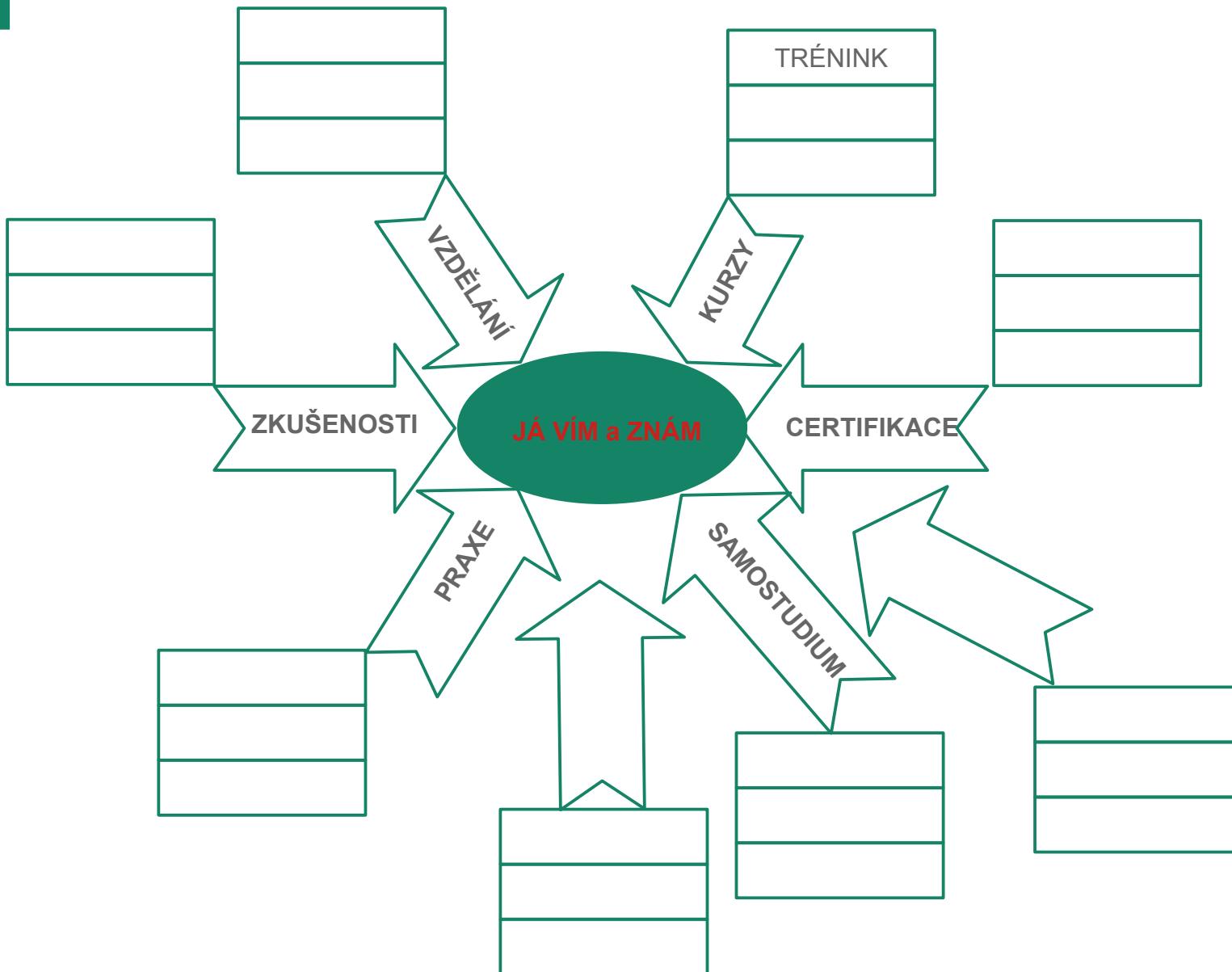
VÍM

Klikni na text v šipce a dostaneš se k návodě v podrobnější myšlenkové mapě.
Následně si sem ke každému tématu zapiš max 3 možnosti, které cítíš jako správné. A do „srdcovky“
3 nejdůležitější ze všech.

Dnes je:

2P-0

Přítomnost



VÍM

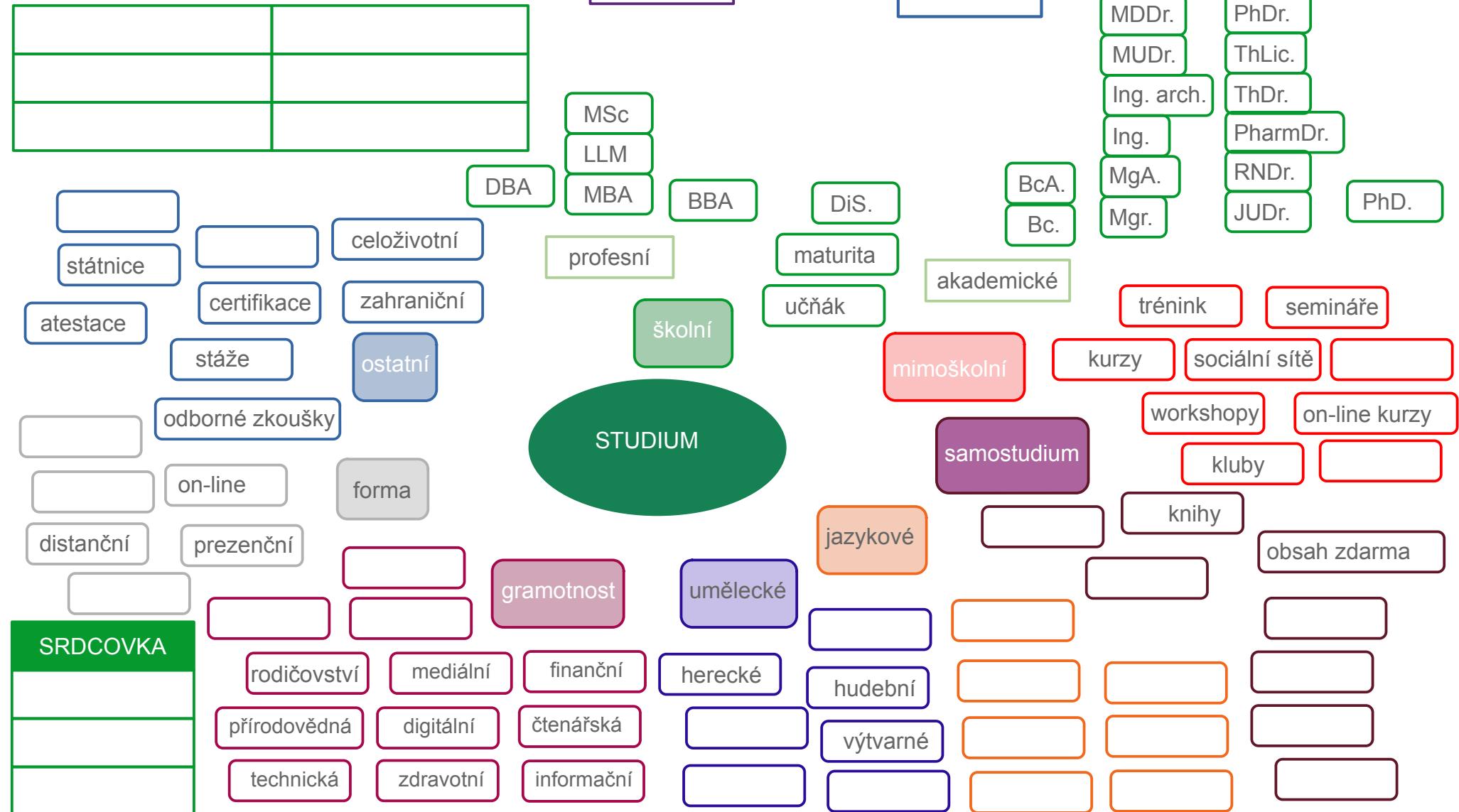
Přítomnost

K oficiálnímu vzdělání určité není potřeba psát podrobnosti, na vzdělání mohou papír a víme, co jsme vystudovali. Jenže opravdové vzdělání následuje, my podobě mimoškolního vzdělávání a samostudia. Prosím tedy, pečlivě přemýšlej a vzpomínej na všechny navštívené semináře a workshopy, on-line i on-line, na kurzy, kluby a další dlouhodobé programy, které jsi dokončil/a nebo nedokončil/a, proč jsi je tenkrát zaplatil/a, jestli jsi studoval/a s nadšením atd. Může to pro Tebe dnes být hodně důležité informace – něco jako zpětná vazba sama sobě. Svoje poznatky (co a proč a za kolik) si zapiš.

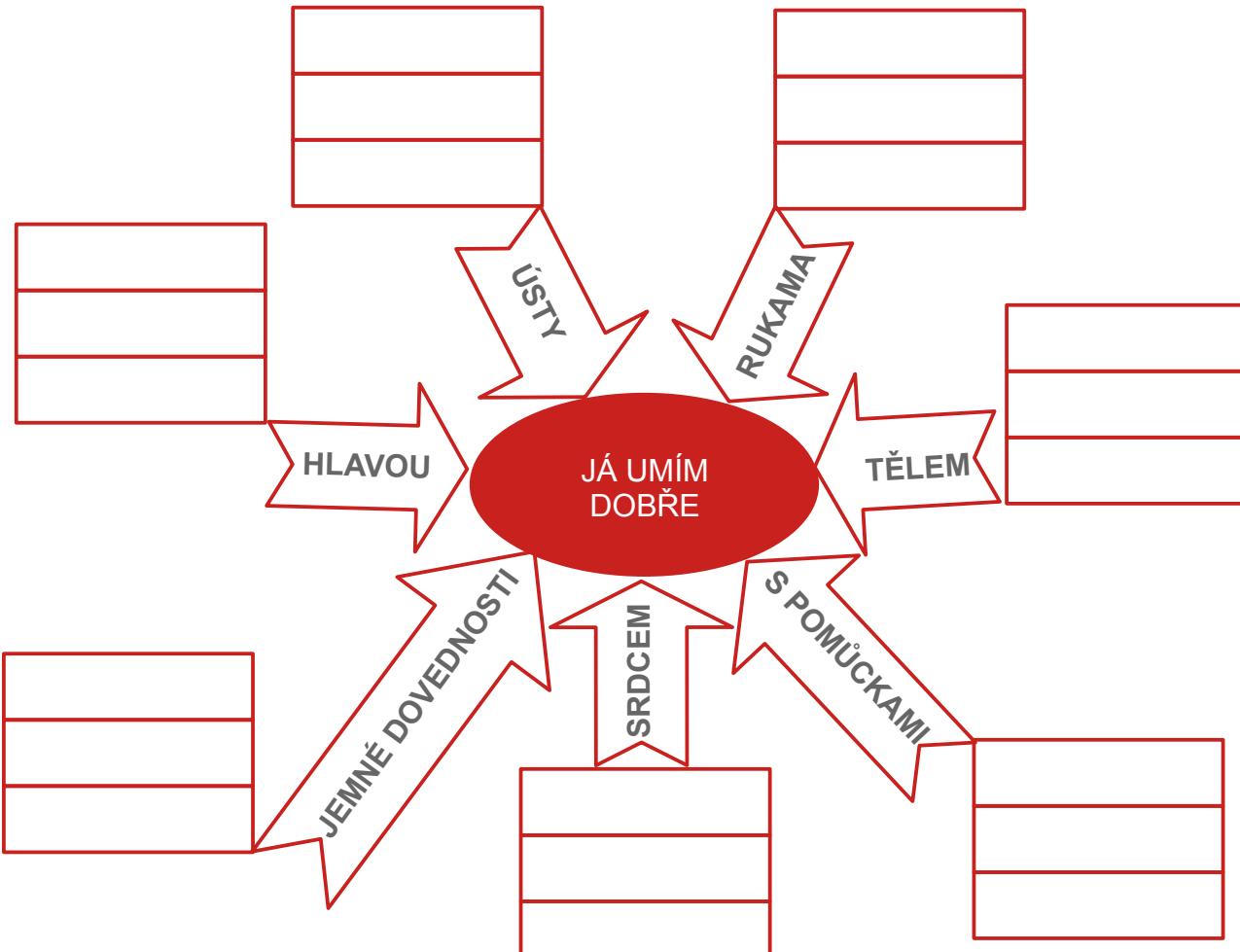
2P-1

2P-0 ←
1P-4 ←

Dnes je:



Přítomnost



SRDCOVKA

Přítomnost

příprava na cesty
vidět souvislosti
intuitivně najít trasu

chodit včas
číst mezi řádky
balení na cesty

vidět za roh
balení na cesty

UMÍM

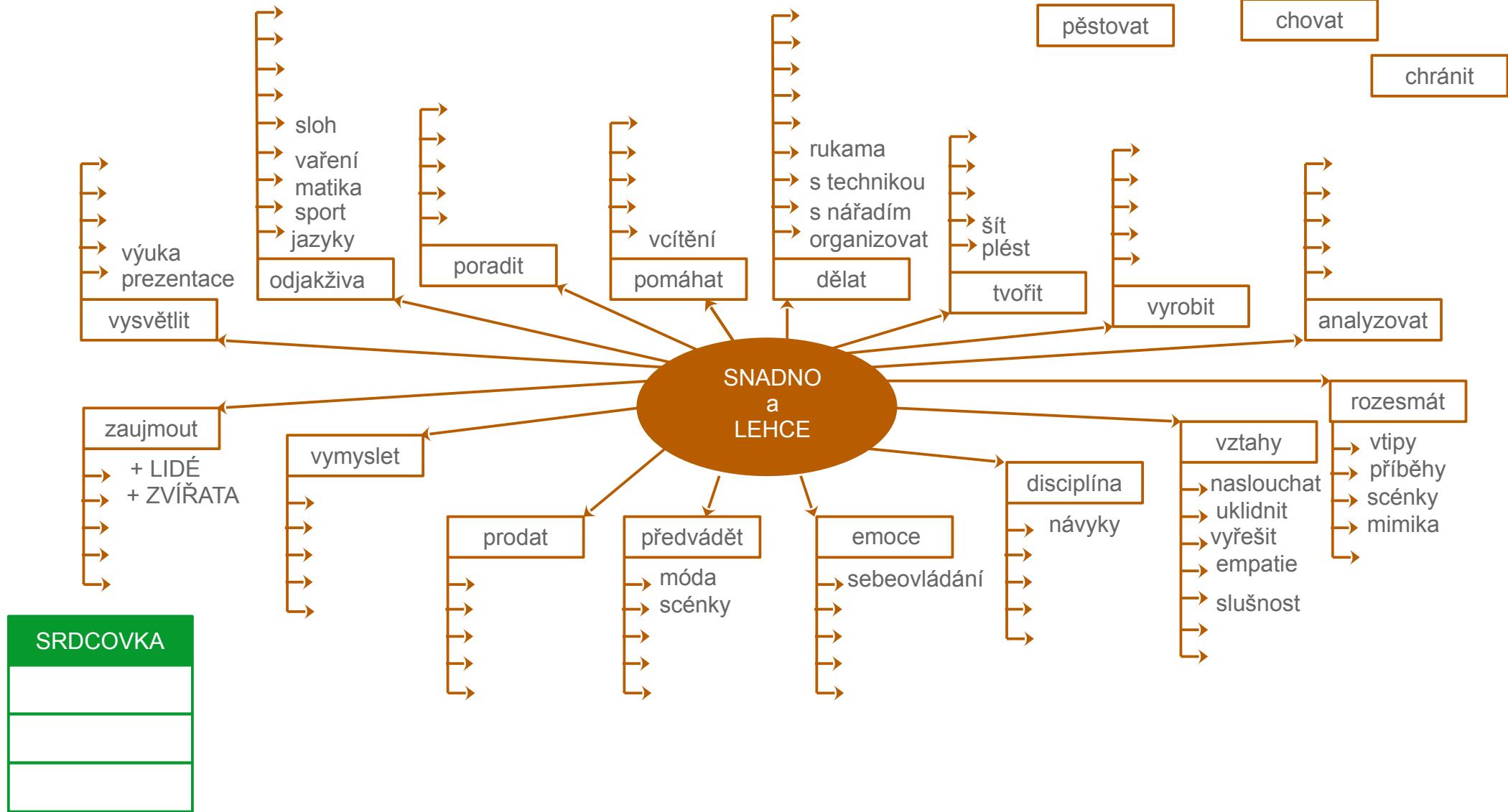
Přítomnost

Co děláš lehce? Co Ti vždycky šlo hned? Co ses nemusel/a skoro učít?
Co je Tvoje téma? O čem často mluvíš? O čem přemýšlíš před spaním?
Čemu věnuješ hodně času? O čem víš víc než většina lidí? O čem můžeš mluvit hodinu bez přípravy?
Doplň si podle potřeby a tři pro Tebe nejpodstatnější dovednosti si zapiš.

| Dnes je:

3P-1-1

3P-1 



UMÍM

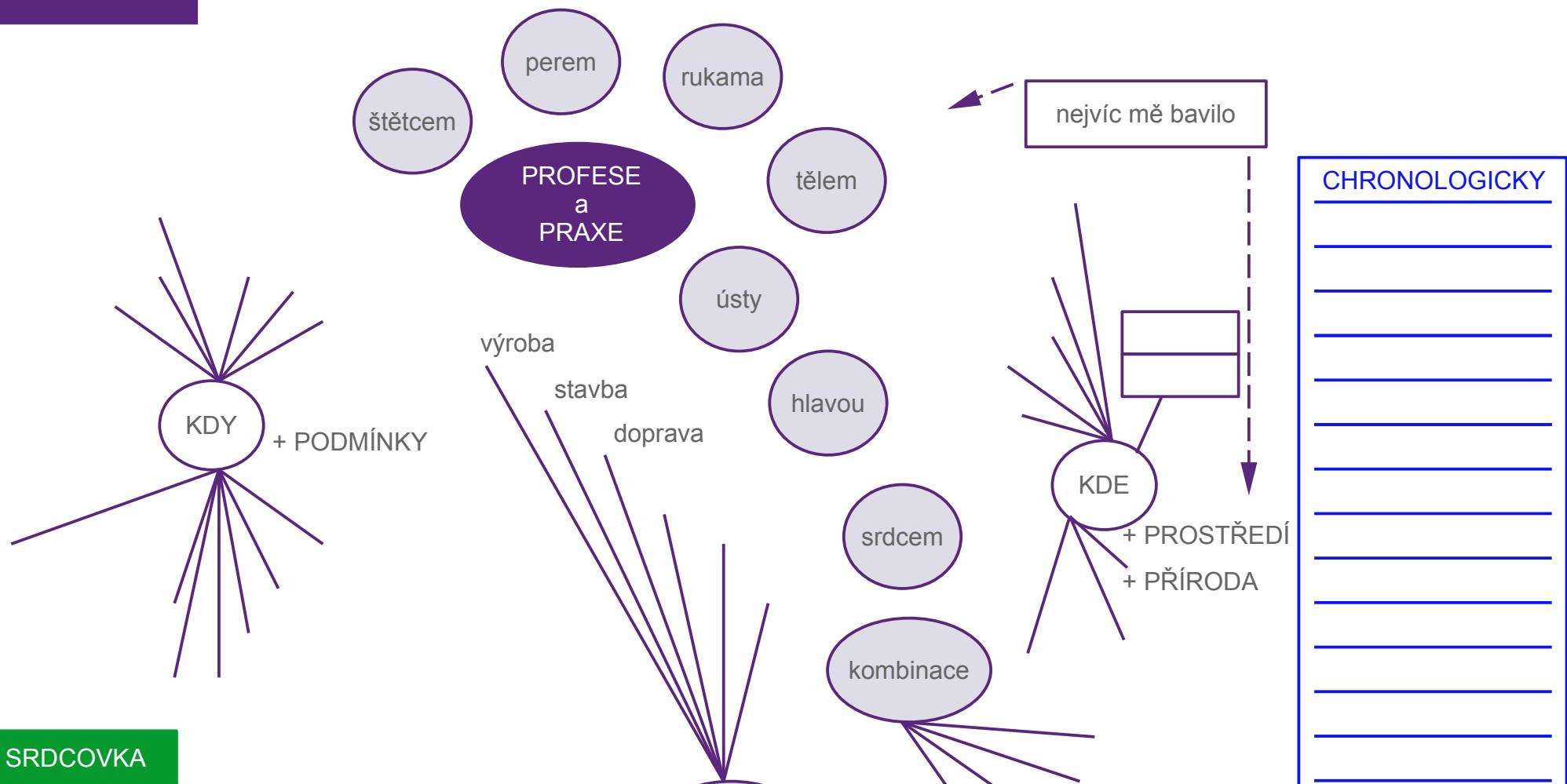
Baví Tě práce rukama nebo hlavou? Určitě máš za sebou nějaké pracovní zkušenosti. Vzpomeň si na všechny a poznamenej si, co Tě v životě opravdu bavilo a naplňovalo. Také si zapiš dobu, ve které Ti nejvíce vyhovuje pracovat a prostředí, které máš nejradší.

| Dnes je:

3P-1-2

3P-0 

Přítomnost



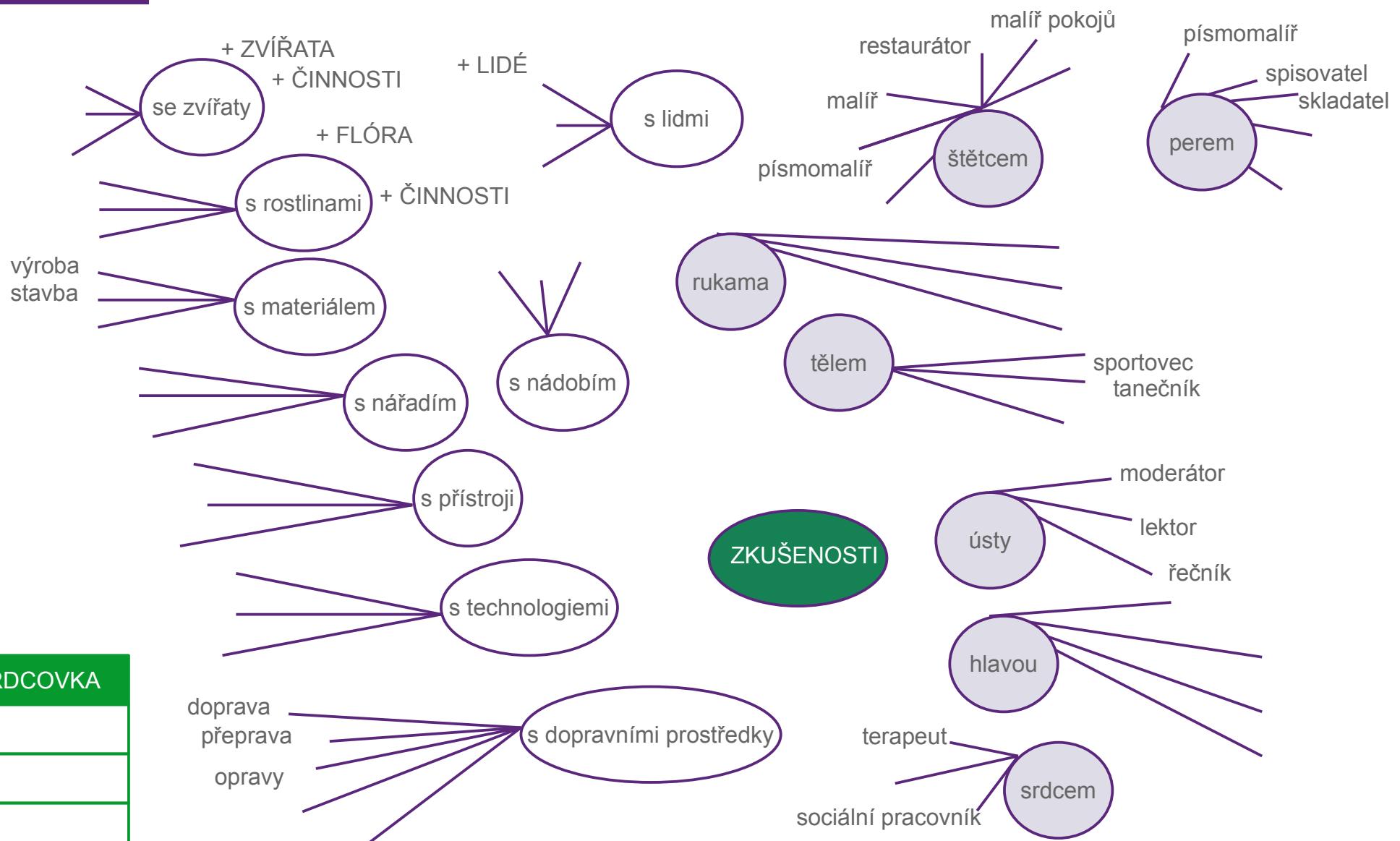
SRDCOVKA

DOPLNĚNO
do nového,
udělat jen
nový list

UMÍM

Máš za sebou nějaké pracovní zkušenosti, ale i zkušenosti s pomocí kamarádům nebo činnostmi „jen tak“. Vzpomeň si na všechny a poznamenej si, které by Tě v životě opravdu bavily a naplňovaly. Přidej všechny profese, které Tě napadnou.

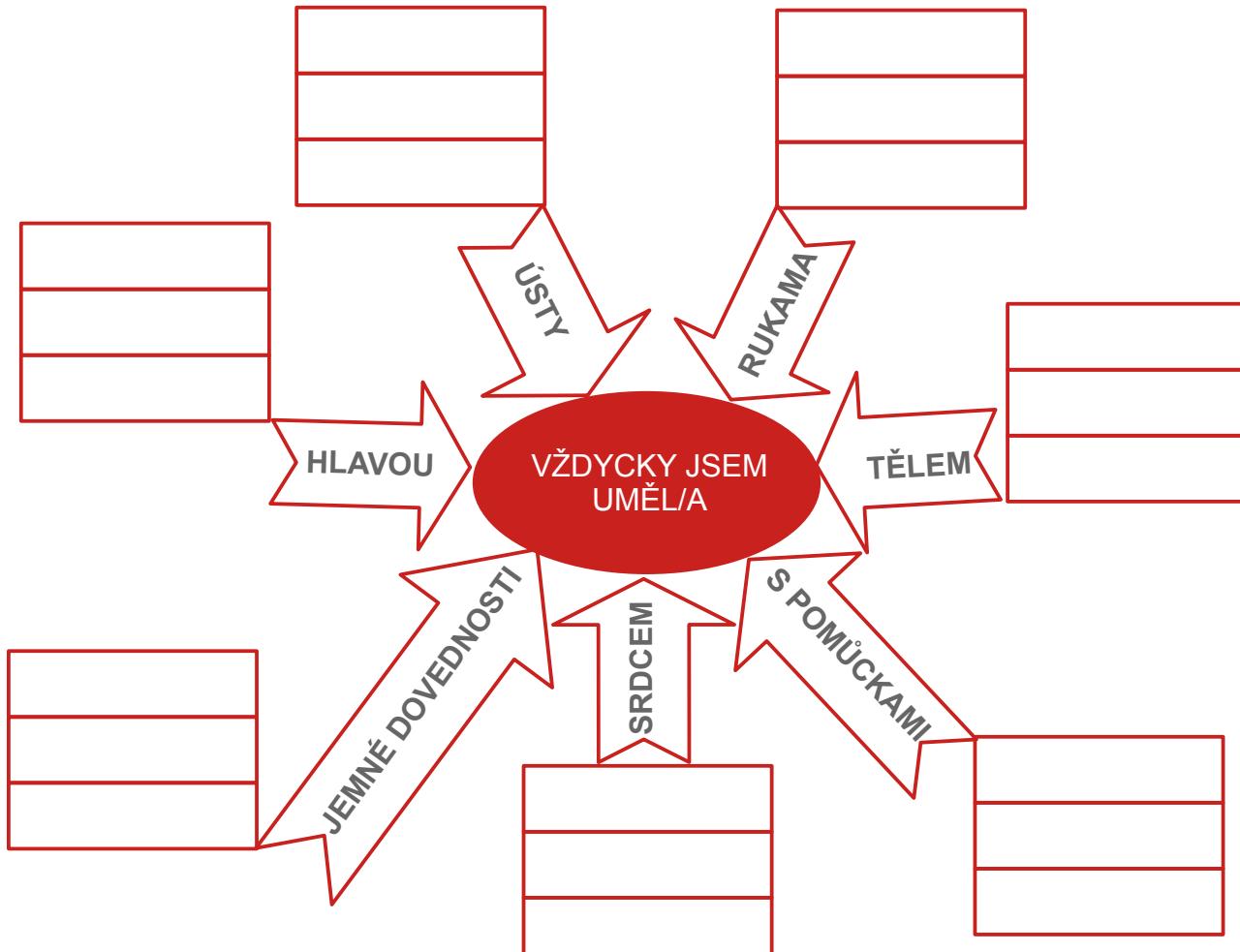
Dnes je:

3P-1-2-13P-1 **Přítomnost**

Klikni na text v šipce a dostaneš se k návodě v podrobnější myšlenkové mapě.
Následně si sem ke každému tématu zapiš max 3 možnosti, které cítíš jako správné. A do „srdcovky“
3 nejdůležitější ze všech.

Dnes je:

3M-0



SRDCOVKA

MÁM RÁD/A

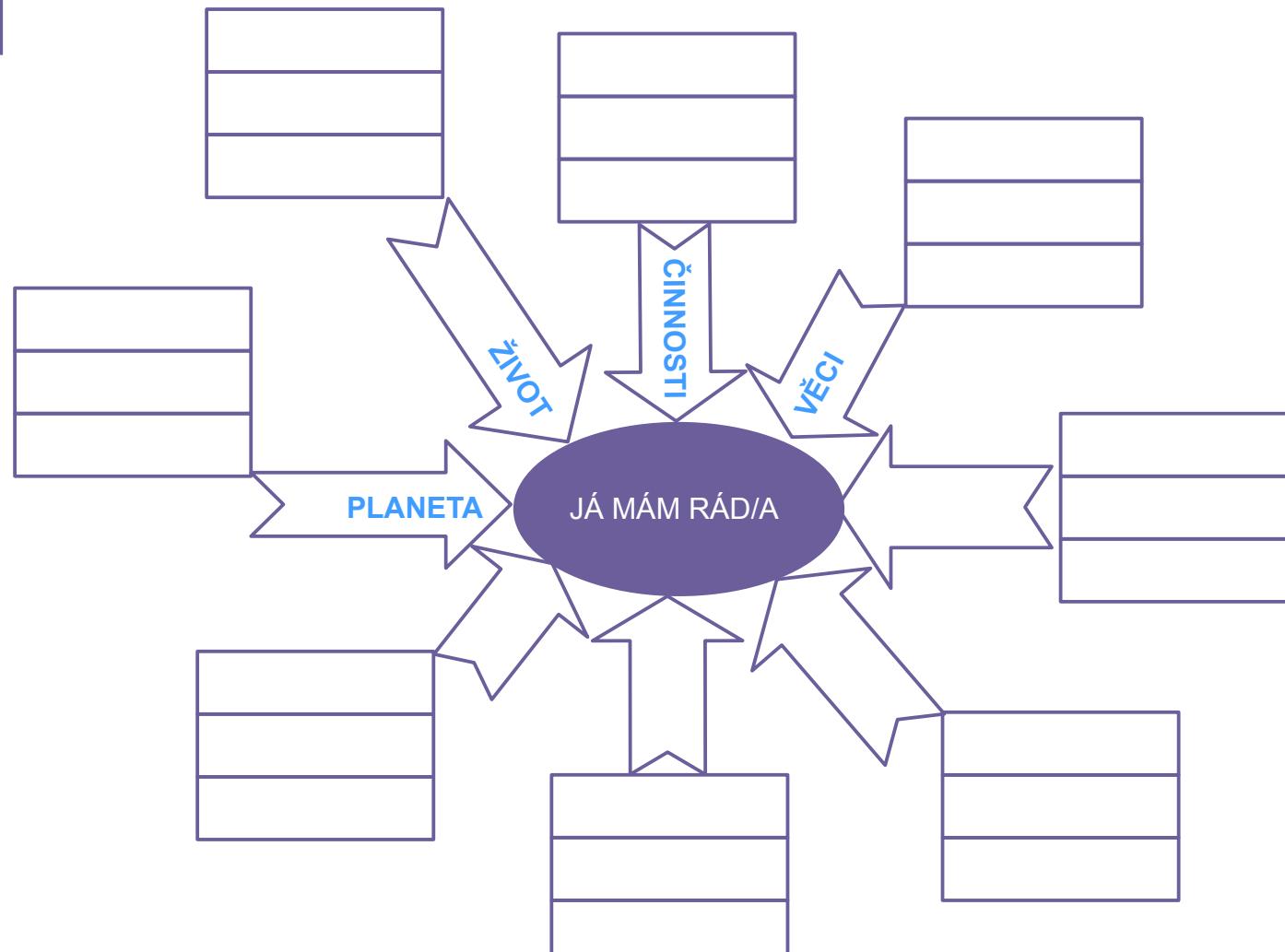
Přítomnost

Klikni na text v šipce a dostaneš se k návodě v podrobnější myšlenkové mapě.
Následně si sem ke každému tématu zapiš max 3 možnosti, které cítíš jako správné. A do „srdcovky“
3 nejdůležitější ze všech.

Dnes je:

4P-1

4P-0
4P-2
4M-0
4M-2



SRDCOVKA

ZAJÍMÁ MĚ

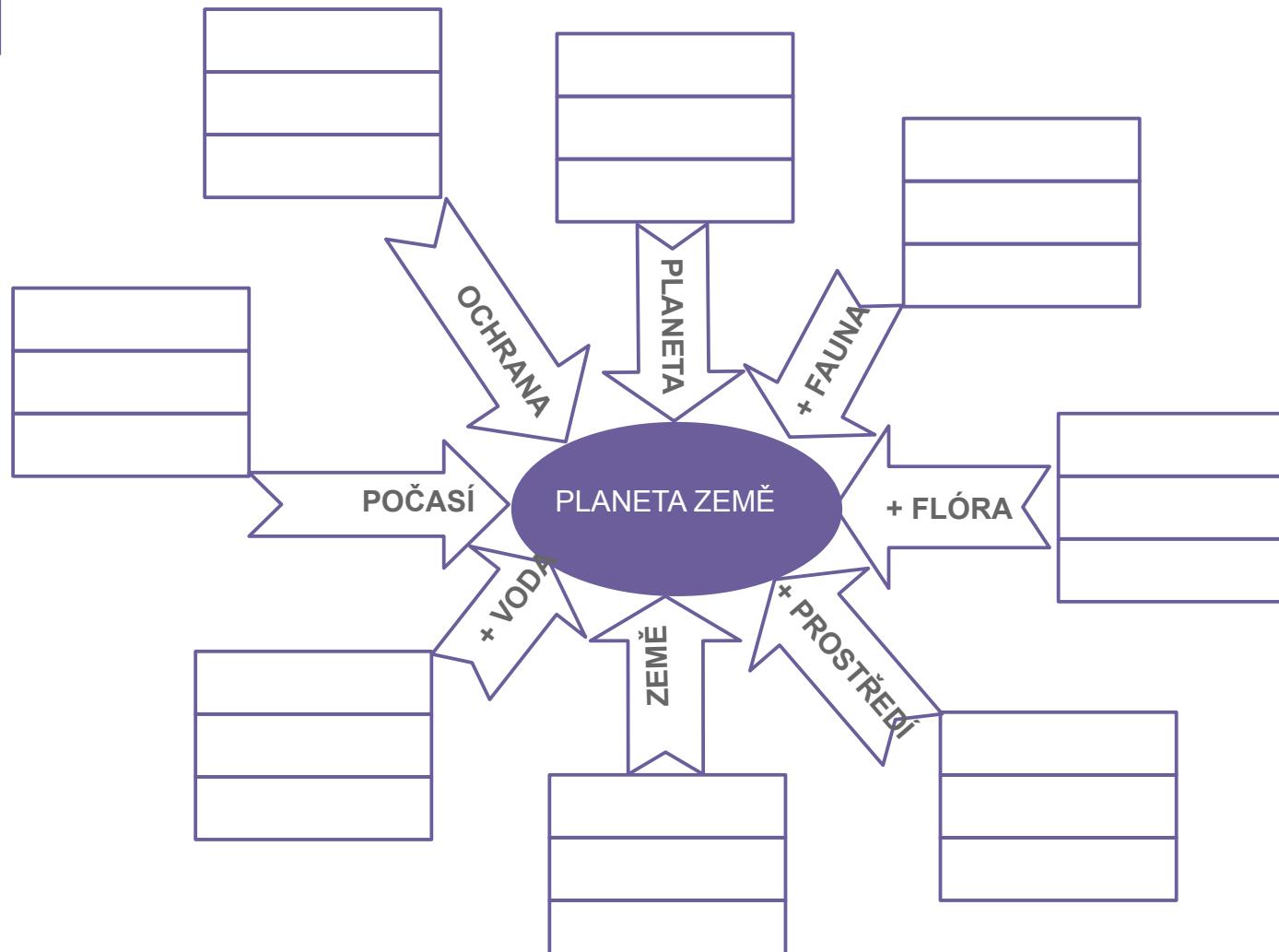
Přítomnost

Klikni na text v šipce a dostaneš se k návodě v podrobnější myšlenkové mapě.
Následně si sem ke každému tématu zapiš max 3 možnosti, které cítíš jako správné. A do „srdcovky“
3 nejdůležitější ze všech.

Dnes je:

4P-1-1

4P-0 



SRDCOVKA
