

Moja karierna zgodba

Avtobiografski delovni zvezek
za uspešne življenjsko-karijerne odločitve

Mark L. Savickas in Paul J. Hartung



Naložba v vašo prihodnost
OPERACIJO DELNO FINANCIRA EVROPSKA UNIJA
Evropski socialni sklad



vseživljenjska
karierna orientacija
za iskalce dela



Zavod Republike Slovenije
za zaposlovanje

Prevod in priredba: Peter Gabor, Kristina Stibilj, Nika Perinčič

Lektorica: Anja Miklavčič

Zavod RS za zaposlovanje
Ljubljana, 2015

Moja karierna zgodba je prevod delovnega zvezka
My Career Story; An Autobiographical Workbook for Life – Career Success.

Avtorske pravice © 2012 Mark L. Savickas in Paul J. Hartung.

Zavod Republike Slovenije za zaposlovanje je za prevod in priredbo delovnega zvezka pridobil dovoljenje oziroma avtorske pravice.

Delovni zvezek lahko uporablja Zavod neprofitno v sklopu svojega delovanja oziroma pri delu z brezposelnimi.

Vse pravice so pridržane. Brez soglasja lastnikov avtorskih pravic delovnega zvezka ni dovoljeno prodajati, posojati, izposojati, izmenjevati ali ga kako drugače dati tretji osebi.

Prav tako je brez dovoljenja prepovedano posamezne dele te publikacije reproducirati, shranjevati v računalniku, posredovati v elektronski ali mehanski obliki, prepisovati, fotokopirati ali razmnoževati.

Namen

Ljudje pogosto potrebujemo pomoč pri načrtovanju in sprejemanju odločitev, povezanih z našimi kariernimi potmi.

Ta delovni zvezek vam bo pomagal ugotoviti, kakšno delo bi radi opravljali in kako izpeljati oziroma uresničiti svoje načrte. Vanj so vključene vaje, s katerimi se boste naučili bolje načrtovati in raziskovati svoje karierne možnosti ter vaje za krepitev občutka zmožnosti kontrole lastne prihodnosti in povečanje samozavesti z namenom, da bi lahko delali tisto, kar si želite, in bili zmožni razrešiti težave, s katerimi se pri samouresničevanju srečujete na tej poti.

Kot večina ljudi, ki se sooča s spremembami v življenju (npr. pri prehodu med različnimi stopnjami izobraževanja, prehodu iz izobraževanja v zaposlitev ali med menjavo služb), boste tudi vi morda potrebovali pomoč. Pri tem se je treba zavedati, da vsaka sprememba pomeni sprejemanje odločitev.

Včasih si lahko pri izbiri poklica in zelenega delovnega mesta pomagamo z rezultati različnih testov. Mogoče ste se že srečali z njimi in jih že kdaj izpolnjevali. Tovrstni testi lahko pomagajo pri **usklajevanju vas** z delovnimi mesti, ki se vam zdijo pravi za vas. Karierni testi po navadi merijo vaše delovne interese, sposobnosti in osebnostne značilnosti. Povedo vam, kakšne vrste človek najverjetneje ste in katere poklice najpogosteje opravljajo ljudje s podobnimi značilnostmi. Čeprav so pogosto koristni, npr. pri odločanju za to, kateri študij ali poklic je za vas najustreznejši, pa po navadi povedo samo majhen delček vaše celotne življenjske zgodbe.

Koristno je razmisliti o življenjski zgodbi kot celoti, če želite popolnoma razumeti samega sebe in možnosti uporabe dela pri oblikovanju sebe kot osebe, katera želite nekoč v prihodnosti še postati. Poznavanje in pripovedovanje lastne karierne zgodbe ali avtobiografije osmisli vaše karierne načrte in odločitve. Tako lahko poglobite življenjsko-karierno načrtovanje in sprejemanje odločitev, saj pridobite jasnejši občutek o pravi smeri na vaši karierni/življenjski poti in lastnih namenih. Delovni zvezek **Moja karierna zgodba (MKZ) je namenjen pomoči pri pripovedovanju, slišanju in ustvarjanju vaše lastne življenjske zgodbe**. O MKZ razmišljajte kot o ogledalu, v katerem si ogledujete samega sebe. Ob pozornem opazovanju podobe v ogledalu lahko razmislite o tem, na kakšen način bi lahko uporabili izobraževanje in delo, tako da bi bila vaša dejanja in odločitve pomensko polna tako za vas same kot tudi druge.

MKZ uporablja načela kariernega svetovanja, s katerimi vam pomaga sprejemati odločitve o vaših trenutnih življenjsko-kariernih prehodih in prihodnjih kariernih usmeritvah. Uporabite ga za pripovedovanje, slihanje in udejanjanje vaše življenjsko-karierne zgodbe. MKZ vsebuje serijo vprašanj, zasnovanih z namenom, da vam pomagajo pripovedovati o vas samih. Vašo novo nastalo zgodbo nato povežite s karierno težavo, s katero se trenutno soočate, npr. odločate se o izobraževanju in poklicnih možnostih ter ustvarjanjem kariernih načrtov. Po razmisleku o vaših odgovorih na vprašanja MKZ boste po vsej verjetnosti lažje povedali in sprejeli svojo karierno zgodbo v smislu tega, **kdo** ste, **kje** v svetu dela bi se radi nahajali in **kako** se boste povezali s poklici, ki so vam všeč.

Uporaba

Delovni zvezek MKZ lahko uporabljajo posamezniki, skupine, vzgojitelji in karierni svetovalci za izvajanje vodene samorefleksije z namenom dvigovanja zavedanja pomena in smisla dela v življenju.

Posamezniki: MKZ lahko uporabite samostojno, da bi z večjo jasnostjo povedali, slišali in preoblikovali svojo življenjsko-karierno zgodbo ter prepoznali načine, kako lahko to zgodbo povežete z delom. To vam lahko pomaga bolje razumeti, kako lahko uporabite delo tako, da boste postali človek, kakršen želite postati.

Skupine: MKZ se lahko uporabi v skupini, da bi člani skupine z večjo jasnostjo povedali, slišali in preoblikovali svoje življenjsko-karierne zgodbe. Člani skupine so drug drugemu občinstvo. Skupina posluša, pomaga povedati in poda povratno mnenje. Z refleksijo pa prepozna oziroma potrdi zgodbo vsakega posameznika.

Karierni svetovalci in vzgojitelji: MKZ se lahko uporabi kot dejavnost v osnovnih, srednjih, višjih in visokih šolah. Prav tako tudi pri svetovanju brezposelnim z namenom krepitev sposobnosti jasnejšega in premišljenega pripovedovanja, slišanja in preoblikovanja življenjsko-kariernih zgodb posameznikov ter udejanjanja teh zgodb bodisi na področju izobraževanja bodisi na področju dela.

Splošna navodila

MKZ sestavljajo trije deli.

V **I. delu, Pripovedujem svojo zgodbo**, boste odgovorili na nekaj vprašanj o samem sebi. Vaš odgovor na vsako vprašanje pove del vaše celotne življenjsko-karierne zgodbe.

V **II. delu, Slišim svojo zgodbo**, boste uporabili odgovore iz prvega dela ter svojo zgodbo povedali z več jasnosti in razumevanja. Tako boste bolje razumeli samega sebe, vaše interese in strasti. Zgodba, ki jo boste povedali v prvem delu, in portret samega sebe, ki ga boste ustvarili v drugem delu, vam bosta pomagala ugotoviti, kdo ste kot glavni igralec v vaši življenjsko-karierni zgodbi, kje v svetu dela bi najraje bili kot vi sami in kakšno je vaše prepričanje o tem, kako lahko povežete samega sebe z možnimi delovnimi okolji.

V **III. delu, Udejanjam svojo zgodbo**, boste izdelali načrt za uresničitev vaše zgodbe.

I. del: Pripovedujem svojo zgodbo

A Ta delovni zvezek po vsej verjetnosti uporabljate zato, ker se v življenju soočate z nekaterimi spremembami ali prehodi; mogoče se odločate za vpis na višjo raven izobraževanja, mogoče prehajate iz šole v svet dela, mogoče prehajate med zaposlitvami. Med premoščanjem prehodov, ko končujemo eno in začnemo novo življenjsko poglavje, ko utemeljujemo svoje odločitve, lahko vodstvo poiščemo v sebi, v svoji življenjski zgodbi.

Spodaj zapišite **kratak sestavek o prehodu, s katerim se trenutno soočate, in pojasnite, kako si lahko pri tem pomagate s pričujočim delovnim zvezkom.**

B Naštejte vse poklice, o katerih ste razmišljali, da bi jih opravljali. Naštejte poklice za zaposlitve, o katerih razmišljate zdaj, in vse tiste, o katerih ste razmišljali v preteklosti. Lahko jih boste navedli veliko, mogoče samo enega ali dva, lahko pa nobenega.

C Na predvidena mesta napišite odgovore na naslednja štiri vprašanja.

1. Koga ste občudovali med odraščanjem? Kdo so bili vaši vzorniki/-ce ali junaki/-nje?

Navedite tri vzornike ali junake, ki niso vaši starši in ste jih občudovali, ko ste bili stari okoli šest, sedem ali osem let. To so lahko resnični ljudje, ki ste jih poznali (jih poznate) osebno ali pa ne, izmišljeni ljudje, kot so superheroji in liki iz risank, ali pa kdorkoli, na katerega pomislite. Mogoče ste občudovali soseda ali učitelja, športnika, politika, znanstvenika, slikarja ali glasbenika, televizijsko zvezdo ali pa lik iz knjige.

Spodaj navedite svoje tri vzornike/-ce ali junake/-nje. Nato za vsakega v dveh do štirih stavkih opišite, kaj pri njem občudujete. Če ste, na primer, občudovali Kekca, lahko napišete, da je neodvisen in strasten, pripravljen pomagati, sočuten, pogumen, priden in podobno. Če ste občudovali Tita, bi morda lahko napisali, da je bil vodja, ki si je prizadeval za socialno pravičnost. Če ste občudovali Črtomirja, lahko napišete, da se je boril za svoja načela, resnico in pravico proti nasilnemu pokristjanjevanju ter da je ljubezensko-bolni konvertit.

Trije vzorniki/-ce ali junaki/-nje in kaj pri njih občudujem:

1. _____

2. _____

3. _____

2. Katere so vaše najljubše revije ali televizijske oddaje? Naštejte revije, ki so vam všeč, in opišite, kaj vam je pri njih všeč. Če ne prebirate revij, razmislite, katere televizijske oddaje si z veseljem ogledate. Napišite seznam treh najljubših revij ali televizijskih oddaj ter povejte, kaj vam je pri njih všeč.

Tri revije ali televizijske oddaje, ki so mi všeč:	Veliko stvari mi je všeč pri vsaki od naštetih revij ali televizijskih oddaj:
a	a
b	b
c	c

II. del: Slišati mojo zgodbo

Z odgovarjanjem na vprašanja v prvem delu ste pripovedovali kratke zgodbe svojega kariernega življenja. Zdaj pa je čas, da jih združite v dolgo zgodbo oziroma celovit portret vašega življenja. To vam bo pomagalo slišati vašo lastno življenjsko karierno zgodbo. Lažje boste osmislili spremembe, ki jih delate, in bolj jasno vam bo, katere odločitve morate sprejeti.

Navodila

Kot smo že omenili, kadar želimo nekomu pojasniti, kdo v resnici smo, mu povemo svojo življenjsko zgodbo. Namreč, ljudje samega sebe in lasten svet oblikujemo z zgodbami, ki jih pripovedujemo. Da bi najlažje dosegli karierno-življenjski uspeh, morate izoblikovati takšno zgodbo o sebi, ki zelo jasno odraža, kdo kot oseba ste, kje bi najraje delovali v svetu dela in kako želite »uporabiti« delo, da boste lahko tisto, kar v resnici pravzaprav ste. Da bi ustvarili tako zgodbo, si predstavljajte svojo življenjsko karierno zgodbo kot potekajočo pripoved s tremi glavnimi značilnostmi oziroma deli:

- ✓ Prvič, vi nastopate kot glavni lik oziroma igralec vaše zgodbe. Vaš jaz obsega lastnosti, ki določajo, kdo ste kot oseba zdaj in kdo želite postati. Na primer morda ste v zgodbi takšna oseba, ki je ali postaja samostojna, močne volje, se zavzema za druge. Ali pa ste morda bistri, rahločutni in odgovorni. Uporabite lahko bodisi te bodisi druge besede. Verjemite, možno je opisati »najboljšega sebe«, le treba je poiskati oziroma izbrati pravo pot.
- ✓ Drugič, pri snovanju vaše zgodbe se postavite v izobraževalna ali delovna okolja, v katerih se najboljšje počutite. Tako kot večina ste tudi vi verjetno že bili v šoli, pri pouku, v službi ali drugem okolju, ki vam ni bilo všeč. To se je zgodilo zaradi tega, ker vam okolje ni dopuščalo, da bi vi bili vi sami. Zmožnost prepoznavanja okolja, ki vam najbolj ustreza, vam pomaga določiti področja dela, ki vas najbolj zanimajo, in kraje, kjer ste lahko najbolje vi sami.
- ✓ Tretjič, vaša zgodba ima scenarij z zasnovo in osrednjo temo, ki pojasni, kdo ste in kako lahko »uporabite« delo na način, ki vam bo omogočal, da boste lahko najbolje vi sami.

Uporabite odgovore na vprašanja iz prvega dela, da boste (za)slišali zgodbo o svojem **jazu**: o vas samih kot glavnem igralcu vašega življenja – kariere, delovnem **okolju**, v katerem želite uprizoriti vaše življenje – kariero, in **scenariju**, ki označuje smer vašega življenja – kariere. Ugotovite, kako lahko povežete to, kar ste s tistim, kar in kjer želite biti v svetu dela.

JAZ: Kdo sem (jaz)?/Kdo postajam?

Preglejte besede, ki ste jih uporabili pri opisovanju vaših vzornikov na strani 6.

1. Zapišite prvi pridevnik, ki ste ga uporabili pri opisu vsakega vzornika.

2. Zapišite katerokoli besedo ali podobne besede, ki ste jih uporabili več kot enkrat pri njihovem opisovanju.

3. Zapišite dve ali več stvari, ki so skupne vašim vzornikom.

4. Naštejte katerekoli druge pomembne besede ali fraze, ki ste jih uporabili pri opisovanju vaših vzornikov.

To, kar ste zapisali, ste vi, jedro vašega jaza. Pazljivo preglejte besede, ki ste jih uporabili pri opisovanju svojih vzornikov. Pravzaprav ste opisali samega sebe! Uporabite, karkoli vam je všeč pri njih, in sestavite opis tega, kar ste vi. Z besedami, ki ste jih uporabili zgoraj, zapišite v dveh do štirih stavkih, kdo ste in kdo postajate.

SEM/POSTAJAM oseba, ki je:

OKOLJE: Kje si želim biti?

Preglejte svoje ugotovitve o revijah ali televizijskih oddajah. Podrobno pretehtajte besede, ki ste jih uporabili za njihove opise. Kaj se v naštetih revijah ali televizijskih oddajah dogaja? Kakšni ljudje v njih nastopajo? **Opišite, kaj se v vaših najljubših revijah ali televizijskih oddajah dogaja in kaj nastopajoče osebe počnejo.**

Revije ali televizijske oddaje je mogoče razvrstiti tudi glede na delovna okolja, v katerih se dogajajo oziroma ki jih predstavljajo. Različne revije in oddaje ustvarjajo različne vrste okolij. **Preglejte tabelo št. 1 na naslednji strani** in v stolpcu 4 (R, I, A, S, E, C) poiščite eno ali dve delovni okolji, ki sta najbolj podobni okoljem iz vaših revij ali televizijskih oddaj. Potem ko boste prebrali omenjeno tabelo, **dodajte vašemu zgornjemu povzetku še druge besede iz tretjega stolpca tabele ali vaše lastne besede, ki opisujejo delovna ali druga okolja, ki so vam najbolj všeč.**

To, kar ste zapisali, predstavlja okolja, v katerih želite biti vi sami oziroma vaše karijerne interese. To so vrste **okolij**, v katerih želite delati; **ljudje**, s katerimi se želite družiti; **težave**, ki jih želite ali morate razrešiti, ter **postopki**, ki jih radi uporabljate. Postaviti se želite v okolja, ki vas zanimajo in kjer boste uživali v družbi sodelavcev. **Uporabite besede, ki ste jih uporabili v zgornjem povzetku, in v dveh do štirih stavkih povejte, kje želite biti.**

RAD SEM v okoljih, kjer:

Tabela 1. Šest tipov delovnih okolij in njihovi primeri

1. Primeri revij	2. Primeri televizijskih oddaj	3. Opisi	4. Delovna okolja
Življenje in tehnika, Šport, Tekac.si, Obramba, Planinski vestnik, Ekipa, Avto in šport, Avto fokus, Lonely planet traveller, VAL, Vode in mi, Vrhunski dosežek ipd.	Resničnostne televizijske serije npr. na programih Discovery Channel, National Geographic, History ipd.: Ice Road Truckers, Deadliest Catch, Animal Cops, Swamp Loggers, Dirty Jobs ipd.	»Mehanska« in zunanja okolja, kjer praktični, fizikalni ali atletske tip ljudi uporablja stroje, orodja, fizično koordinacijo in zdrav razum za reševanje konkretnih težav, ki vključujejo popravila, gradnjo, transport, rastline, živali in fizično delo.	»R« REALISTIČNO
National Geographic, Science illustrated, Geografski obzornik, GEA, Dialogi, Človek in svet, Časopis za kritiko znanosti, Anthropol, Analiza, Filozofski vestnik, Logika & razvedrilna matematika ipd.	Dokumentarne televizijske serije npr. na programih Discovery Channel, National Geographic, Histor, CSI: Crime Scene Investigation ipd.: How it's made, CSI, Criminal Minds, humoristične nanizanke, npr. Big Bang Theory, znanstvena fantastika, npr. Star Trek: The Next Generation, dramske nanizanke: Vampire Diaries, Dexter, Forensic Files, Law and Order ipd.	Znanstvena in analitična okolja, kjer logični in radovedni tip ljudi uporablja vzročno sklepanje, matematiko in raziskovalne metode za reševanje problemov, ki vključujejo odkritja, raziskave, preiskave, opazovanja in evalvacijo.	»I« (INVESTIGATIVE) PREISKOVALNO
Q, Rolling stone, Pogledi, Emzin, Art et décoration, Ars & humanitas, Ambient, Problemi, Architectural Digest, Art et décoration, Dober tek, Forum, Fotografija, Pet zvezdic, Photo, Unikat ipd.	Resničnostne televizijske oddaje, npr. na programih Travel Channel, Food Channel, 24 Kitchen, Fashion TV, TLC ipd.: Man vs. Food, Bizzare Foods, No Reservations, Fashion Police, What Not to Wear, Project Runway, animirane humoristične nanizanke za odrasle: South Park, Futurama ipd.	Ustvarjalna in estetska okolja, kjer domiselni in ekspresivni tip ljudi uporablja umetnost, gledališče, glasbo in izvirnost za reševanje umetniških težav, ki vključujejo ustvarjalnost, izumiteljstvo, nastopanje ali pisanje.	»A« (ARTISTIC) UMETNIŠKO

1. Primeri revij	2. Primeri televizijskih oddaj	3. Opisi	4. Delovna okolja
<p>Obrazi, Educa, Defektologica slovenica, Lady, Vzgoja, Mentor, Vzgojiteljica, Otrok in knjiga, Socialno delo, Sodobna pedagogika, Vzgoja in izobraževanje ipd.</p>	<p>Komične televizijske drame, resničnostne oddaje ali »žajfnice« npr. na programih NBC, ABC, Channel 4, OWN, Fox, MTV, HBO ipd.: Parenthood, All My Children, Funniest Home Videos, Desperate Housewives, Gossip Girl, Oprah, Supernanny, The Simpsons, 16 and Pregnant ipd.</p>	<p>Skrbniška ali izo-braževalna okolja, kjer pozoren, ustrežljiv in družabni tip ljudi uporablja razgovor, poučevanje, razumevanje, ekipno delo in skrb za reševanje socialnih težav, ki vključujejo izobraževanje, zagotavljanje oskrbe, podpore, javne storitve in razmerja oziroma različne odnose z ljudmi.</p>	<p>»S« (SOCIAL) SOCIALNO</p>
<p>The Economist, Denar, Cosmopolitan, Eva, Finance, MM, Organizacija, Podjetnik ipd.</p>	<p>Televizijske drame, resničnostne oddaje npr. na programih HBO, CNBC, Channel 4, GSN, HGTV ipd.: The Sopranos, Hell's Kitchen, House Hunters, American Greed, High Stakes Poker, Undercover Boss ali filmi npr. Mad Money ipd.</p>	<p>Vodstvena, upravljavska in politična okolja, kjer prepričljiv in odločen tip ljudi uporablja vodenje, strategijo, vplivanje, iznajdljivost, zvitost za reševanje podjetniških, pravnih ali vladnih težav, ki vključujejo ekonomijo, dobiček, svetovanje, tveganje in tekmovalnost.</p>	<p>»E« (ENTERPRISING) PODJETNIŠKO</p>
<p>Reader's Digest, Anja, Akvarij, Aura, Ekran, Elle, Moj malček, Grazia, Hiša in dom, Jana, Joker, Lepota in zdravje, Lisa, Moj mikro, Potovanja in stil, Prostočasnik, Računalniške novice, Vrtnar ipd.</p>	<p>Televizijske drame, resničnostne ali komične oddaje npr. na programih PBS, BBC, NBC, HBO, CNBC, Channel 4, GSN, HGTV ipd.: Antiques Roadshow, Golden Girls, Little House on the Prairie, World's Strictest Parents ipd.</p>	<p>Pisarniška in uniformna okolja, kjer urejen in organiziran tip ljudi uporablja natančnost, vestnost, osredotočenost na podrobnosti, točnost in pozornost za reševanje administrativnih in proceduralnih težav, ki vključujejo organizacijo, vodenje evidenc, upravljanje s podatki in načrtovanje urnikov.</p>	<p>»C« (CONVENTIONAL) KONVENCIONALNO</p>

Moja karierna zgodba	Opisni portret
<p>JAZ</p> <p>s strani 10</p>	<p>Jaz sem/jaz postajam:</p>
<p>OKOLJE oz. PRIZORIŠČE DOGAJANJA</p> <p>s strani 11</p>	<p>Rad sem v okoljih, kjer ljudje počnejo stvari, kot so:</p>
<p>SCENARIJ</p> <p>s strani 8</p>	<p>Kraj dogajanja moje najljubše knjige ali filma je:</p> <p>Zato si na teh krajih/mestih/prostorih/okolju želim</p>
<p>FORMULA USPEHA</p> <p>Uporabi svoj jaz, prizorišče in scenarij ter v enem stavku napiši osebno življenjsko-karierno poslanstvo.</p>	<p>Najbolj vesel in uspešen bom, ko bom:</p> <p>lahko bil</p> <hr/> <p>v okolju/na mestih, kjer ljudje</p> <hr/> <p>da bom lahko</p> <hr/>
<p>NASVET SEBI</p> <p>s strani 8</p>	<p>Moj moto vsebuje moj najboljši nasvet sebi o reševanju mojih kariernih-življenjskih skrbi. Za uporabo moje formule uspeha v tem trenutku je najboljši nasvet, ki si ga lahko dam (napiši svoj moto tukaj):</p>

Preoblikovanje moje zgodbe

Vrnite se na stran 3 in preberite svoj sestavek o spremembi, ki jo morate narediti, ali odločitvah, ki jih morate sprejeti. Na podlagi svoje formule uspeha in nasveta pri samem sebi razmislite, kam vas vaša zgodba nadalje usmerja. Zdaj uporabite svojo formulo uspeha in nasvet samemu sebi, da dodelate/predelate svoj zapis na strani 3. Poveste, kako se boste lotili tega prehoda in teh odločitev.

Raziskovanje poklicev

Če želite raziskati poklice, ki bi ponudili najboljše okolje/prizorišče za izražanje vaših interesov, se vrnite na stran 4. Na podlagi vašega opisnega portreta na strani 13, preglejte poklice, ki ste jih našli na strani 4, in prepoznajte tiste, ki jih zdaj vidite kot možne izbire. Če potrebujete pomoč pri dodajanju novih poklicev k vašemu seznamu, sledite navodilom na strani 16.

Poklici, o katerih trenutno razmišljam:



III. del: Udejanjati svojo zgodbo

S pripovedovanjem svoje zgodbe v I. delu in poslušanjem/predstavitvijo svoje zgodbe v II. ste zdaj pripravljeni narediti natančen načrt udejanjanja svoje zgodbe. Vaš načrt ima tri dele, ki vključujejo razmislek o pripovedovanju in izvajanju vaše zgodbe.

A. RAZMISLITE o svoji karierni zgodbi, da si postavite cilje za naslednje poglavje vaše življenjske kariere/poslanstva. Cilj, ki ga izberete, naj bo nekaj, kar vam bo dovoljevalo udejanjati ali oživeti vašo karierno zgodbo. Zato izberite cilj, ki je dosegljiv (imate dovolj časa, sredstev in energije za dosego), verjeten (verjamete, da ga lahko dosežete), konkreten (je merljiv in specifičen) in želen (želite si ga doseči).

Moj trenutni cilj ali cilji so:

B. POVEJTE in govorite z vam pomembnimi ljudmi o svoji zgodbi in sklepih, do katerih ste prišli s pomočjo tega delovnega zvezka. Naslednji korak pri udejanjanju vaše karierne zgodbe je deljenje zgodbe z ljudmi, ki jim zaupate. Publika so lahko družinski člani, prijatelji, mentorji, trenerji in učitelji. Večkrat ko poveste svojo zgodbo, bolj resnična in jasna postaja za vas ter se v njej počutite bolj samozavestno.

Da bi moja zgodba postala bolj jasna in resnična, jo bom povedal in se o njej pogovoril z naslednjimi pomembnimi ljudmi:

C. IZVEDITE svojo zgodbo z ukrepanjem. Naštejte dva do štiri specifične cilje ali manjše korake, ki jih boste zdaj naredili, da se boste premaknili iz trenutnega položaja k ciljem, ki ste jih našteali zgoraj. Za ideje o potrebnih korakih razmislite o naslednjih možnostih.

Da se bom zavezal negotovi odločitvi, ki sem jo sprejel o svojih kariernih načrtih, bom (označi vse, kar velja):

- se pogovoril z nekom, ki dela v poklicu, za katerega se zanimam.
- poslušal nekoga, ki dela v poklicu, ki me zanima.
- prebral nekaj o poklicu, ki me zanima.
- prebrskal po svetovnem spletu za več informacij o tem poklicu.
- obiskal kraje/prostore, kjer ljudje delajo v tem poklicu.
- opazoval ljudi, ki delajo v tem poklicu.
- drugo _____

Svoj izbrani poklic bom preizkusil (označi vse, kar velja):

- z izvedbo/uporabo/izkušnjo
- s preučevanjem
- s prostovoljstvom
- s pripravništvom/z vajeništvom
- z raziskovanjem
- drugo _____

Za premik k doseganju svojega cilja ali ciljev bom zdaj:
