



Invitație la introspecție

La început de semestru, te invit la un proces personal de autoanaliză. Dacă ar fi să privești în urmă, cum ai răspunde la următoarele întrebări: Cum ai învățat în sesiune? Ți-a fost suficient timpul? Ai reușit să îți mobilizezi toate resursele? Ai restante? Data viitoare, ai face ceva diferit?

Pentru unii dintre voi a fost prima sesiune și, cu siguranță, vor fi lucruri de învățat sau de schimbat pe viitor. Alții deja ați realizat aceste lucruri. Este vorba de noi achiziții, de acomodare, de acțiuni pe care ni le planificăm, de modul în care ne proiectăm sau ne vedem peste câțiva ani. Tu te-ai gândit? Ți-ai făcut un plan?

Dacă nu, haide să vedem împreună cum poți să devii o persoană de succes, ce să faci pentru a avea o carieră reușită. Poate sunt întrebări care au ecou în mintea ta! Să începem cu experiențele și resursele personale care îți pot fi de ajutor în viitor.

O experiență de lucru nu presupune doar precizie, comandă, control și execuție. Aceste elemente nu sunt cele care îți asigură succesul într-o activitate. Mai importante sunt identitatea personală, disponibilitatea de a învăța, motivația, abilitatea de a comunica cine ești și obiectivele pe care le ai, imaginea pe care dorești să o construiești în ochii altora.

Iată mai jos câteva idei pentru a-ți descoperi și a-ți îmbunătăți **imaginea de sine**:

1. Definește-ți obiectivele și ambițiile personale

“Pentru ce vreau să devin cunoscut?” sau “Cine doresc să fiu?” Poate un inginer recunoscut pentru felul în care transformă în soluții informatice solicitările unor colegi din aceeași companie?

2. Contribuie la dezvoltarea ta personală

Cele mai importante lecții sunt cele pe care le înveți prin experiențele și deciziile cu care te confrunți zilnic. Întreabă-te mereu: “Ce pot învăța din această situație sau din acest proiect?”, “Care este lucrul cel mai important pe care l-am învățat în ultimul an? Îmi susțin ele imaginea pe care vreau s-o am?”

3. Caută diversitatea pentru a dobândi abilități diverse

Vânează orice oportunitate de a ieși din rutina activității zilnice, chiar dacă este vorba de voluntariat! Implicându-te în activități diverse, vei avea mai multe povești și mai multe abilități noi decât oricare altcineva!



4. Fă echipă cu persoane competente

Poți avea performanțe excelente doar cu sprijinul celor din jur! Află și cunoaște aceste persoane dincolo de rolurile de colegi, descoperă ce-și doresc ei cu adevărat, propune-le soluții. Aceste lucruri te vor ajuta să-i atragi și să-i menții în jurul tău pe cei mai buni, pe cei mai talentați – împreună puteți realiza lucruri mari!

5. Vezi ce imagine crezi în ochii altora

Caută să-i convingi pe ceilalți că și visul tău poate deveni realitate, vezi ce impact au spusese tale asupra celor din jurul tău, precum și imaginea ta în ochii celorlalți. În acest fel, îți vei atinge mult mai repede obiectivele stabilite.

6. Lasă alte persoane să vorbească despre tine

Întreabă-te: Ce experiențe unice ai oferit colegilor tăi astfel încât să-i faci să vorbească despre tine? Ai desfășurat proiecte sau ai plecat în excursii împreună cu ei? Ai aflat cine sunt cu adevărat? I-ai ascultat?

În această perioadă, poate mai liniștită până la vârtoarea parțialelor și testelor, te invit la introspecție, la a medita cu privire la calitățile tale, aptitudinile tale, lucrurile care îți plac, la cum ți-ai dori să fii pe viitor sau ce job ți s-ar potrivi mai bine.

Trecând prin aceste etape, te vei descoperi pe tine – o persoană completă și complexă!

Simona Neagu,

Psiholog și consilier în carieră – CCOC