

Шаг 5: Я — ТРАЕКТОРИЯ

Как твой проект связан с твоей будущей профессией и жизненным путём

На этом шаге мы разберёмся, **каким человеком ты хочешь стать**, какие ценности тебе важны, какие у тебя сильные стороны и в каких условиях ты раскрываешься лучше всего.

Ты увидишь свою жизнь как **траекторию**, которую можно **проектировать**, а не просто плыть по течению.

И поймёшь, как твой проект помогает тебе двигаться к будущему, которое действительно ты хочешь для себя.

Видео 2: Как понять свои сильные стороны?

Ценности — это твой внутренний компас. Сильные стороны — твоё преимущество. Узнай, как их увидеть в себе и использовать в проекте.



Задание к видео 2:

Выпиши:

- Сильные стороны (таланты, склонности)
- Личные предпочтения (что тебе важно в деле)

1. Упражнение “Секрет успеха”

Вспомни 5-6 ситуаций из жизни, в которых твои действия были реально эффективны, и ты можешь сказать себе “Я молодец, отлично справился”. Например, дал другу совет, который реально сработал. Или урегулировал конфликт, который без тебя никак не утихал.

Подумай как следует и ответь про каждую ситуацию “Что я такого умею, что во мне такого есть, что у меня получилось добиться успеха?” Запиши этот навык или качество напротив каждой ситуации. Посмотри на список - это твои сильные стороны. Все ли ты перечислил? Добавь все что у тебя еще хорошо получается. Если не уверен - спроси друзей, родителей.

2. Объедини то, что ты узнал о себе, выполнив задание к прошлому видео и к этому. Посмотри на себя как бы со стороны - на свои ценности и сильные стороны вместе - и составь портрет человека: “Этот человек ценит ... и силен в ...”

Теперь создай гипотезы того, на каких позициях и в каких областях этот человек мог бы лучше реализоваться как профессионал. Например:

Этот человек ценит здоровье и силен в организации людей: объединении команд и упорядочивании их деятельности.

Варианты карьерного трека:

- 1) менеджмент в медицине - управление медицинскими командами или командами ученых, разрабатывающих лекарственные препараты;
- 2) менеджмент и организация в здоровьесбережении - например, управление центром массового спорта, центром восстановления здоровья или, если не хочется быть “большим начальником”,
- 3) работа координатором или инструктором групп здоровья, походов выходного дня и т.п.