Univerza v Mariboru

Karierni center

N O V I C E 11/2016

Tema meseca:

Kaj je koristno vedeti o sebi

»Zmeraj sem iskala moč in zaupanje zunaj sebe, toda prihajata od znotraj; ves čas sta v tebi.« (A. Freud)

Vsakdo izmed nas je unikaten. Vsakdo izmed nas ima tudi svoj, edinstveni življenjski smisel. Da smo **uspešni na svoji karierni poti, je zelo smotrno postaviti si cilj** ,ki ga želimo doseči. Da si postavimo smiseln in dosegljiv cilj, moramo **raziskati možnosti**, ki jih imamo. Da vemo, kakšne možnosti sploh iščemo, moramo nujno **poznati sebe**. Tako je prvi korak do uspešne kariere spoznavanje sebe:

(1) Kakšen sem ali »moja OSEBNOST« = posameznikov značilni vzorec spoznavanja, čustvovanja in vedenja, ki je razmeroma stalen v času, skupaj s psihološkimi mehanizmi, na katerih temelji ta vzorec. Osebnost ima vlogo pri načinu opravljanja dela, komunikaciji s sodelavci in nadrejenimi ter delovni uspešnosti.

(2) Kaj mi veliko pomeni ali »moje VREDNOTE« = pojmovanja ali prepričanja o stvareh, ki so življenjska vodila, smernice in načela našega ravnanja (npr. delo, družina, zdravje).

(3) Kaj me žene naprej ali »moji MOTIVI« = dejavniki, ki spodbujajo in usmerjajo naše vedenje. Lahko izhajajo iz nas samih (notranji motivi, npr. zadovoljstvo zaradi dobro opravljenega dela) ali iz okolice (zunanji motivi, npr. plačilo za opravljeno delo).

(4) Kaj me zanima ali »moji INTERESI« = delo naj vsebuje čim več nalog, ki vas veselijo. Delati, kar vam je všeč, ne pomeni poležavati na tropski obali in za to prejemati plačilo. Pomeni, da delo opravljate z navdušenjem in da vanj vlagate vso ljubezen, energijo in ustvarjalnost.

(5) Kaj znam, zmorem ali »moje KOMPETENCE« = zmožnost, da nekaj naredite in da to v določeni situaciji dejansko izpeljete (npr. kompetenca poznavanja angleškega jezika lahko v delovnem okolju pomeni to, da znate izpeljati sestanek z angleško govorečo osebo). Delodajalec lahko vaše kompetence preizkusi, zato jih pazljivo ocenite!

Iz zgoraj zapisanega je razvidno, da je spoznavanje sebe zahtevna naloga. Tako je možno, da se je lotimo **na več načinov (smiselno je uporabiti kombinacijo vsaj dveh)**:

(1) SAMI: razmislite in za vsako področje napišite, kaj po vašem mnenju velja za vas;

(2) DRUGI: Vprašajte osebo, ki vas dobro pozna, vendar ni preveč subjektivna, kaj meni o vas glede navedenih področij;

(3) VPRAŠALNIKI: služijo kot odlična podpora spoznavanju sebe. Nekaj vprašalnikov je na voljo v Kariernem centru UM, priporočamo pa uporabo spletnih orodij na https://esvetovanje.ess.gov.si/.

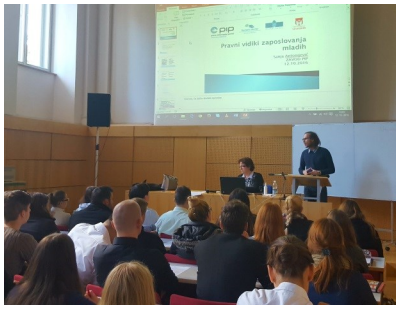
Dr. Martina Horvat, karierna svetovalka

Povzeto po:

Gabor, P. in Dolinar, B. (2012). *Kaj si želim in v čem sem dober*. Ljubljana: ZRSZ

Horvat, M. (2015). *Spoznavanje sebe*. Interno gradivo KC UM.

UTRINKI Z DOGODKOV



AKTUALNO

V mesecu novembru 2016 bomo v Kariernem centru UM izvedli več **kot 20 dogodkov s področja karierne orientacije**, zato predlagamo, da si jih ogledate na povezavi: **https://kc.um.si/dogodki/aktualni/**

Nekaj aktualnih in zanimivih je že objavljenih, ostale pa bomo še objavili. Za udeležbo je potrebna predhodna prijava, zato ne odlašajte in si oglejte naše aktualne dogodke.

Veselimo se snidenja z vami.

ZANIMIVOSTI

3. novembra 1957 v Sovjetski zvezi izstrelijo satelit Sputnik II. s psičko Lajko, k preživi 6 dni v breztežnostnem stanju.

8. novembra 1895 odkrije W. C. Röntgen odkrije žarke X, bolj znane kot rentgenski žarki in naredi prvo sliko z rentgensko svetlobo.

28. november 1896 začne delati prva električna podzemna železnica v celinski Evropi in še vedno deluje.

NASVET MESECA

Ker je za uspešno kariero pomembno, da poznamo **kakšne pogoje dela** omogočajo posamezna delovna mesta in posamezne delovne organizacije, ter **kakšna pričakovanja imajo delodajalci**, izkoristite **strokovne ekskurzije** v bodoča delovna okolja, da pridobite čim več informacij o tem.

Najprej moraš od sebe pričakovati stvari, šele potem jih lahko narediš.

Michael Jordan

V naslednji številki ne zamudite: Kje iščemo zaposlitev?

Univerza v Mariboru

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE, ZNANOST IN ŠPORT

EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI SOCIALNI SKLAD
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST