

Jak najít PRÁCI,

**kterou milujete,
abyste se s ní MOHLI ŽIVIT**



Karla Krausová

Co v knize najdete:

- Rady a tipy, jak se o sobě dozvědět co nejvíc.
- Otázky - zamyslete se a odpovězte si
- Zrcadlení
- Pohled na sebe očima někoho jiného
- Sebepoznávání
- Osobnostní typy
- Zamyšlení
- Poděkování
- Tipy na vhodné testy a vzory testů – moje výsledky
- Odkazy

No jooo, ono se to hezky řekne, ale jak to zjistit?

Jak zjistím, co mě opravdu „bere“ natolik, že bych to chtěla dělat nejen s láskou a (možná) pořádkem, ale ještě navíc bych za to mohla/měla chtít peníze?

Hmmmmmmmm, nesnadné, že?

Jsou mezi námi tací, kteří to mají naprosto jasně dané a jsou vyhranění, ale je i dost takových, kteří mají zájmů víc a nevědí, který z nich je ten klíčový.

Nebavím se o takových profesích, o kterých se jaksi **předpokládá**, že je lidé dělají s láskou,

a které dost dobře asi ani nejde dělat na webu formou e.shopu (což ale samozřejmě není podmínka), jako jsou doktoři, zubaři, apod.

Ale co vy?

- Štrikujete?
- Šijete?
- Barvíte trička?
- Malujete na textil?
- Kuchaříte?
- Lepíte modely?
- Píšete knihy?
- Fotografujete?
- Máte rádi lodě?
- Vykládáte karty?
- Matláte fimo nebo formelu (plastelínu)?
- Máte rádi češtinu či umíte bezvadně jiný jazyk?
- Jste blázen do veteránů? Znáte každý šroubek kdejakého vraku?

Ale děláte to jen párkrát za uherský rok, třeba o dovolené, nebo když zrovna marodíte?

Nebo to neděláte vůbec, protože na to nemáte čas...

Chodíte do práce (nebo do zaměstnání), kde vás to štve, ale chodíte tam, protože jinak byste, jaksi, neměli na nájem, na benzin, na čokoládu pro děti či vnoučata, na chleba, na nic?

A denně se těšíte na důchod? :o(

Kterého se, notabene, ani nemusíte dočkat, statistika je dost neúprosná.

Víte, jak dlouho si Čech **průměrně** ten důchod (starobní) užije?

Dva měsíce!

DVA MĚSÍCE!!

DVA - MĚSÍCE!!!

Jestli tomu nerozumíte, vysvětlím:

Je to průměrné číslo, bez ohledu na pohlaví či aktuální věk kohokoliv z nás.

Proč je to takto?

Mnozí se toho důchodu totiž ani nedožijí, spousta lidí umírá i velmi mladá, nehody, bouračky, nemoci, sebevraždy, vraždy (brrrrrr...) a podobně.

Tristní co?

Já vím, můžeme (a měli bychom) brát statistiku s nadhledem, ale nikdo z nás, ani vy, ani já,

si nemůže být jist tím, co bude zítra, žádné ZÍTRA totiž být nemusí!

Znám pár příběhů z blízkého okolí, kde se těšili na důchod, žili „ZÍTRA“, ale žádný zítřek pro ně nakonec nebyl.

Chci tím říci jen jedno:

Chci vám pomoci, ne vás strašit.

- **Žijte teď.**
- **NE ZÍTRA...**

Dělejte práci, která vás baví, uspokojuje, naplňuje, u které se cítíte šťastni.

Najděte si své „místo na Zemi“.

Život je příliš krásný (a příliš krátký) na to, marnit jej...

Jestli před vámi stojí vysoké (nebo nízké, to je nakonec jedno) hory, kterým můžete říkat třeba Ažpaky (až pak, někdy, možná, jednou...to udělám, změním

práci, pojedu na dovolenou, zhubnu, budu se věnovat svému koníčku atd...), tak je obejděte, přelezte, najděte průrvu mezi skalami nepřízně a nepohodlí, vyšlape si svou cestičku.

Uvidíte, že za tím nejvyšším monstrem v cestě nakonec vysvitne slunce. A bude o to záživější a hřejivější, čím větší vyvinete úsilí.

Víte, prošla jsem dlouhou cestu.
Hodně dlouhou.

Od zdravotních peripetií, předčasného úmrtí obou rodičů, rozvodu, pak předčasného násilného úmrtí otce mých dětí, dlouhého tobogánu skoro až do pekla (do kterého jsem se, kromě jiného, dostala i vlastní blbostí a důvěřivostí) až po - jednou nohou pod mostem. U toho všeho chronický únavový syndrom a syndrom vyhoření a zoufalá snaha slušně vychovat děti, uživit se, a ŽÍT.

Vlastně: dlouho jsem jen přežívala ☹️

Dlouho jsem věřila, že se **TO někdy proboha musí změnit!**

Ale nikdy, **NIKDY jsem neztratila mnohdy až patologický optimismus, že najdu NĚCO**, co mi pomůže z bryndy.

Jedna kapsa prázdná, druhá vysypaná, rozeslala jsem mraky „cévéček“, hodiny jsem trávila na síti v zoufalé snaze najít „něco“, co bych mohla uchopit, co bych dělala ráda natolik, aby...aby...

Klábosila jsem se strejčkem „Gúglem“ i tetou „Wikipedií“ a hledala a hledala. Přečetla jsem desítky knih o osobním rozvoji, shlédla jsem stovky videí napříč internetem.

Prozřela jsem...

Musím se v první řadě změnit sama.

Změnit svůj přístup k sobě samé, najít se.

Naučit se zcela bezpodmínečně přijímat a milovat se.

Zní to sobecky myslíte?

Možná, ale jinak to v životě nejde.

Co se dozvíte, když sednete do letadla?

Kdyby hrozil pád, v první řadě nasadte **masku sobě**, pak teprve svému dítěti, matce atd...

Nejdřív je třeba zachránit sám sebe!!!

Když se mi to povedlo, šla jsem krok za krokem až k poznání:

Vždyť já celý život pomáhám lidem kolem sebe.

Mnohdy, vlastně téměř vždycky, na vlastní úkor, a zcela nezištně.
Nejsem žádný samozvaný kouč, jak se dnes moderně říká, s těmi se nějak roztrhl pytel ;o)

Jsem obyčejná holka, už velká ☺, která si svou cestu sama musela najít, padala, rozbíjela si kolena i hubu, klopytala při tom přes kaluže, balvany, trní...

Jestli také hledáte svou cestu, ušetřím vám tápání.

Co je nejdůležitější?

Musíte se poznat!

Musíte poznat sami sebe, své vlastní JÁ.

Je to možná překvapivé tvrzení, ale hodně, opravdu **HODNĚ lidí se nezná.**

A neví, co chtějí.

Pomohu vám.

Ukážu vám praktický návod, jak pomocí jednoduchých kroků a zábavných testů zjistíte, kde je váš divotvorný hrnec, kde je vaše zlaté rouno, **jak se najdete.**

A když se tím budete řídit, nelze neuspět.

Samozřejmě, chvíli to trvá, je třeba jít krok za krokem, nakonec

„honemseanipejseknevyčůrá“,

ale jde to ☺.

Ale chce to trpělivost.

Jedna pravda říká: „**Za úspěchem přes noc se většinou skrývá několik let tvrdé práce**“.

Nemohu a ani nechci převzít odpovědnost za váš život, mám svůj, ale mohu vám ušetřit tápání a čas a mohu vám poradit.

Je třeba se na chvíli zastavit, věnovat se jen sobě.

Není to snadné a není to ani ze dne na den. Je za tím schovaná spousta práce, učení se.

Investice do vlastního vzdělání je to nejlepší, do čeho investovat lze.

Vy jste svůj zlatý důl!

Krmíte svůj žaludek?

Krmíte ho několikrát denně?

Jak často krmíte svůj mozek?

A krmíte ho vůbec, nebo máte jen ty vědomosti, které jste získali, když za vámi bouchly dveře školy?

(základní, střední, nebo „vejšky“, to je fuk!)

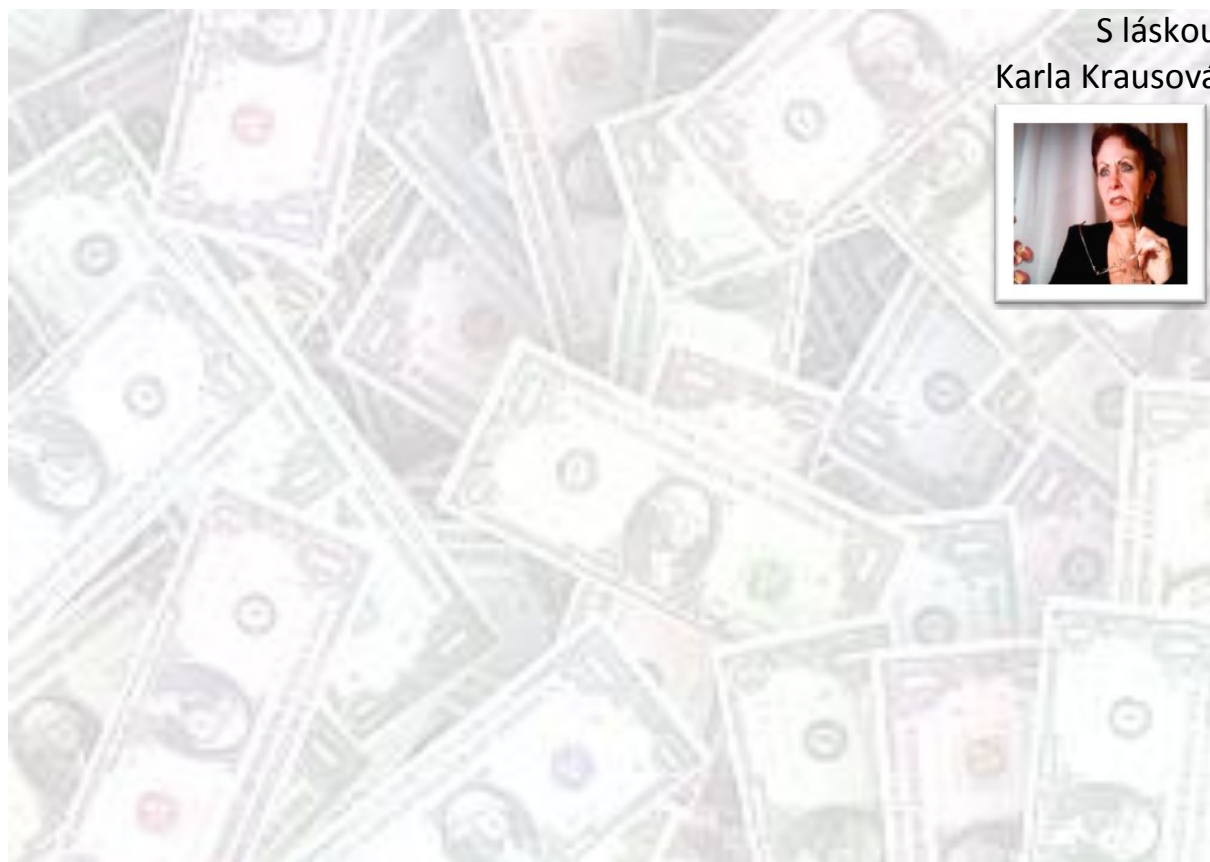
Pomohu vám „poznat se“.

Aspoň trochu.

Kromě tipů a rad i vzorek, jak takový test vypadá (níže).

Přeji vám hodně síly a odvahy.

A taky – dobrý nápad a potřebnou dávku té pověstné kliky.



S láskou
Karla Krausová

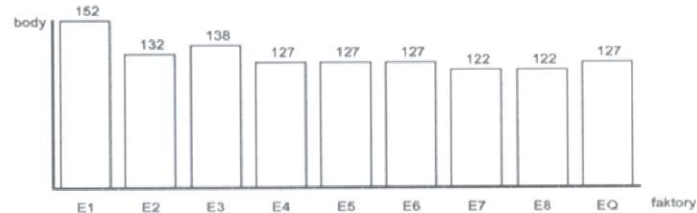


Jméno: Karla Krausová

Datum narození:

Emocionální inteligence - Výsledky testu

Emocionální inteligence je souhrn emočních dovedností, které nám pomáhají dosáhnout toho, co chceme, cítit se spokojeně a být v souladu s lidmi kolem nás i sami se sebou.



Legenda

- E1 – Pracovní sebevědomí** - do jaké míry se umíme prosadit a věřit si, že své vědomosti a zkušenosti prakticky uplatníme. Umět vystupovat s jistotou a přiměřenou dávkou suverenity. Umět odhadnout své schopnosti a svou cenu na trhu práce.
- E2 – Organizace práce** - dokázat si rozvrhnout svůj čas na vlastní práci, aktivní odpočinek, regeneraci a relaxaci. Umět si rozložit své pracovní síly pro optimální výkonnost v průběhu celého zatížení organismu bez velkých pracovních výkyvů.
- E3 – Pracovní motivace** - souvisí s naší úspěšností v životě. Schopnost je založena na vlastní aktivaci a mobilizaci pracovních sil k vyššímu výkonu směrem k určitému cíli. Schopnost může být stimulována jak vnitřními, tak vnějšími faktory.
- E4 – Pracovní empatie** - je schopností založenou na rychlém vcítění se do pracovního procesu a přizpůsobení se změnám v pracovních postupech a programech. Je to schopnost rychle se zapracovat do nových pracovních operací a zároveň se navenek projevovat nenuceně.
- E5 – Pracovní angažovanost** - je tendence se zapojovat do činností nad rámec svých pracovních povinností. Mít zájem vyhledávat nové pracovní příležitosti a zapojovat se do nových činností, být iniciativní a kladně přistupovat k inovacím.
- E6 – Pracovní sociabilita** - schopnost dobře zapadnout do kolektivu, umět se podřídít hierarchii uspořádání skupiny a přizpůsobit se stylu sociálního prostředí, pochopit a zvládnout svou sociální roli, respektovat kolektivní práci a společné úkoly
- E7 – Racionalita** - schopnost rozumově posuzovat pracovní situace, dokázat se včas a správně rozhodovat, uplatňovat své názory, dávat do pracovního procesu věcný a logický pořádek, umět logicky sestavovat a vyjadřovat myšlenkové pochody.
- E8 – Sebekontrola** - v průběhu a po dokončení úkolu mít vůli a tendenci kontrolovat svou práci, vytvářet určitý kontrolní systém a smysl pro pořádek. Neodcházet od nedokončené a neodvedené práce a mít smysl pro zodpovědnost.
- EQ – celková Emocionální inteligence** - při porovnání jednotlivých hodnot a vytvoření průměru dostaneme celkový pohled na naši připravenost pro praktický život. Je důležité, abychom se v celkové hodnotě pohybovali nad hranicí průměru.
- Pomocí našeho zjednodušeného testu vám v bodech vyšel průměr jednotlivých schopností, který ukazuje hodnotu vaší celkové Emocionální inteligence. Tato hodnota odpovídá bodům ve stejné stupnici, která je používána pro hodnocení IQ - běžné inteligence. Člověk dobře vybaven pro život by se měl pohybovat v několika schopnostech E1 – E8 kolem 120 bodů a výše.



Vyhotoveno dne: 23.10.2015

Zpracováno programem: C O M D I - RCV s.r.o.