

להכיר את עצמי



פגישת בית קפה חזון תעסוקתי



יצירת תמונת עתיד לטובת גיוס מוטיבציה והנעה לפעולה בהווה תוך איתור נטיות, שאיפות ומניעים

הנחיות למשתתף

השנה 20XX, נפגשנו בבית קפה לאחר שלא התראנו כשנה/שלוש/חמש שנים ואנחנו מתעדכנים זה/ו בחייו/ה של זה/ו (את השיחה ננהל בלשון הווה כאילו זוהי נקודת הזמן הנוכחית). זכור/זכרי – החזון הוא מה שהיית רוצה באופן אידאלי שיתקיים בחיך, הסר/י חסמים ומחשבות מעכבות.

מה שלומך? מה את/ה עושה בימים אלו? איפה את/ה גר/ה?

במה את/ה עוסק/ת? תאר לי את סביבת העבודה שלך? האם למדת מקצוע או הכשרה כלשהי? ממה אתה מסופק בסוף היום? לאילו תגובות אתה זוכה מהסביבה?

ספר על המשפחה שלך, איך העבודה משפיעה עליה? מה המשפחה חושבת על עבודתך? איך העבודה השפיעה על שאר התחומים בחיך?

אילו חלומות הגשמת? מה תוכניותיך לעתיד?

הערות למנחה

- בחזון איננו שמים דגש רק על ההיבט הפיסי אלא חושפים את התחושות, הנטיות והמניעים אותם רוצה האדם להשיג. יכול להיות שהחזון הקונקרטי לא יתממש במלואו, אך כדי שאלמנטים ממנו יבואו לידי ביטוי במציאות, חשוב לחלץ ממנו נטיות, מניעים, מוטיבציות, ערכים וכו'.
- יש להציב מטרות, לאור החזון, בטווח הקצר ובטווח הארוך. לייצר פעולות מיידיות לביצוע לטובת מימושו ובמקביל להחזיק את המטרה ארוכת הטווח.
- החזון מהווה אבן דרך בתהליך הליווי ומומלץ לחזור אליו בצמתים מרכזיות וברגעי משבר.
- עבודה עם משתתפים על החזון
- יש להתאים את "טווח החזון" לאוכלוסיית היעד.
- תפקיד החזון הוא לנתק אותנו מכבלי המציאות העכשווית ולכן יש להתאים את השיח והשפה (לא "נראה לך" או "אמור/ה" אלא "אני רוצה" או "אני שואף/ת").
- מתי יש לנו זמן לעשות חזון?
- אפשר להשתמש בכלי החזון גם באופן נקודתי וממוקד יותר כחלק משיח היכרות כמו "איפה תרצה לראות את עצמך שנה מהיום" או לקראת אירוע חשוב כגון ראיון עבודה "תאר לי את הראיון, איך אתה יוצא ממנו?"

רפלקציה

- איך את/ה מרגיש/ה לגבי החזון התעסוקתי שבנית?
- מה למדת על עצמך מהחזון התעסוקתי שבנית?
- אלו פעולות מיידיות תבצע/י בשבוע הקרוב לטובת התקדמות לעבר החזון?
- אילו כישורים אשר נדרשו בהתנסות איתגרו אותך וכיצד התמודדת עם האתגר?

כישורים במיקוד

- חוללות עצמית ודפוס חשיבה מתפתח
- מוטיבציה
- פרואקטיביות
- חוסן וגרית
- ניהול רושם- גיבוש תפיסה עצמית