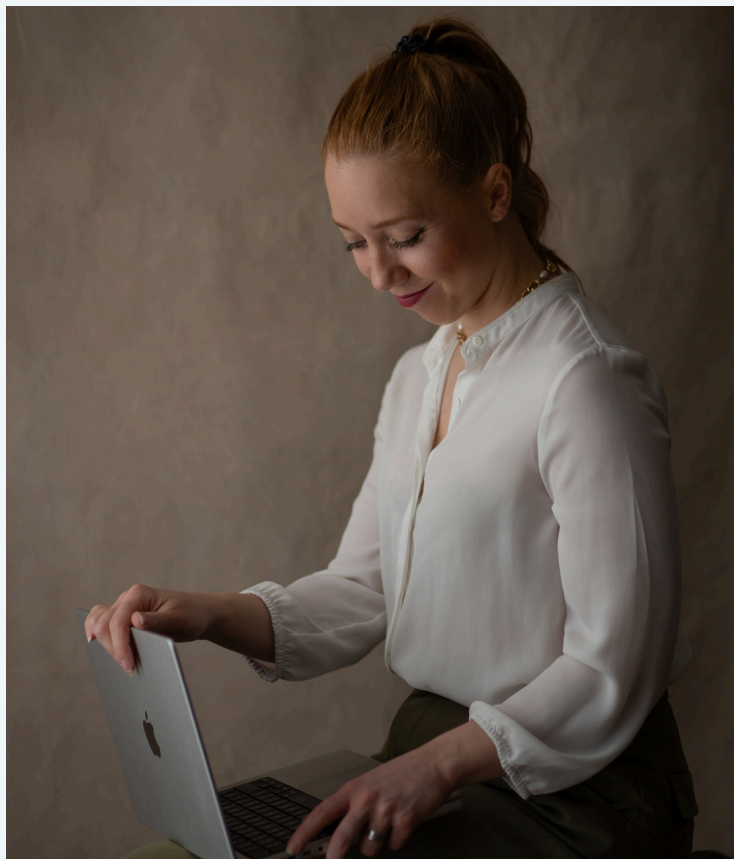


WORKBOOK



Tvoj vodič ka
**KARIJERNOJ
PROMJENI**

Besplatan resurs by Jelena Rajković –
Mentor za karijernu promjenu & kouč



UVOD

Ovaj workbook je tu da ti pomogne da bolje razumiješ sebe, svoje vrijednosti i želje, i da procijeniš koliko si spreman/a za sledeći korak u karijeri.

Pitanja su osmišljena tako da te povedu kroz **introspektivan proces** – a tvoji odgovori su prvi korak ka jasnijem pravcu i donošenju odluke.

DOBRODOŠLI



Drago mi je što si ovdje! Ako imaš ovu radnu svesku, to znači da si spreman/na da istražiš novu fazu svog puta i da razmišljaš o promjeni karijere.

Možda već neko vrijeme osjećaš da tvoj trenutni posao nije ono što želiš za sebe. Možda si se zasitio/la rutine, možda te više ne motiviše plata ili okruženje, ili jednostavno znaš da možeš i želiš više. Upravo zbog toga smo se sreli na karijernom vebinaru – **jer si osjetio/la da je vrijeme za promjenu.**

Ova radna sveska je tvoj prvi korak u tom pravcu. Ona je tu da ti pomogne da se povežeš sa sobom, da prepoznaš svoje vrijednosti i da polako počneš da istražuješ pravac u kojem želiš da ideš.

Nadam se da si uživao/la na vebinaru i da ti je dao inspiraciju. Sada te pozivam da se **prepustiš ovim stranicama, da pišeš, razmišljaš i maštaš** – jer svaka velika promjena kreće od **malog koraka**, a ti si upravo jedan takav već napravio/la.



Jelena Rajković

Možda će ti značiti da znaš ko stoji iza ove radne sveske.

Ja sam Jelena, karijerni mentor i kouč za lične ciljeve. Po struci sam biolog, a moj profesionalni put nije bio ni pravolinijski, ni lak. Radila sam u nevladinom sektoru kao projektna menadžerka, a danas sam agilni kouč u banci.

Prije nego što sam došla do ove tačke, napravila sam **veliku karijernu tranziciju – iz biologije u IT oblast**. Taj proces je trajao skoro tri godine, pun uspona, padova, učenja i preispitivanja. Ali danas mogu jasno da kažem da znam u kojem pravcu ide moja karijera.

Volim IT, volim rad sa ljudima i razvoj vještina, ali iznad svega volim da inspirišem i motivišem druge da pronađu svoj put. Znam koliko je teško kad osjećaš da nemaš dovoljno opcija ili da si “zaglavljena” u poslu koji ti ne donosi ni finansijsku sigurnost ni lično ispunjenje. **Zato želim da podijelim sve što sam naučila – da ti pokažem da je promjena moguća i da te ohrabrim da kreiraš život po svojoj mjeri i svojim pravilima.**

Po prirodi sam introvert, ali karijerna tranzicija me naučila da izađem iz zone komfora i da se otvorim prema ljudima. Danas mogu reći da sam jednako zahvalna i na toj promjeni. Volim da plešem salsu, da treniram (tri godine sam radila i kao pilates instruktorka), obožavam pse i vjerujem u slobodu i energetsko povezivanje među ljudima.

Ako sam ja uspjela da zakoračim u potpuno novi život, vjerujem da i ti možeš.

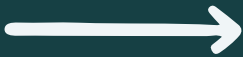
Naše vrijednosti su unutrašnji kompas

One nam pokazuju **šta nam je zaista važno** i **u kom pravcu želimo da idemo**. Kada radimo u skladu sa njima, osjećamo *smisao* i *lakoću*. Kada ih zanemarimo, javlja se nezadovoljstvo.

ZADATAK

- **Odaberi 5 vrijednosti koje su ti trenutno najvažnije** (na primer: sloboda, sigurnost, porodica, rast, učenje, kreativnost, doprinos, ravnoteža, avantura, poštovanje, ljubav, nezavisnost, uspjeh...)
- **Napiši:** Kako se tvoj posao i svakodnevica slažu sa ovim vrijednostima? Gdje vidiš prostor da bude usklađenije?
- Koje tri stvari **nikada ne bi žrtvovao/la zbog posla?**
- Kada si se posljednji put **osjećao/la baš ponosno na sebe?** Šta ti to govori o tvojim vrijednostima?





Handwriting practice lines consisting of 20 horizontal dotted lines on a white background.

Povratak u djetinjstvo: Čega si se najviše volio/la igrati dok si bio/bila dijete?

- Šta ti je ta igra tada davala (slobodu, maštu, istraživanje, takmičenje...)?
- Da li vidiš poveznicu sa onim što voliš danas?

Prirodne snage:

- Šta ti ide lako, brzo i sa zadovoljstvom?
- Koji zadaci ili teme te toliko zaokupe da izgubiš osjećaj za vrijeme?
- Šta je to od čega ti srce zaigra?

Refleksija: Na skali od 1 do 10, koliko se osjećaš spremno za promjenu?

- Šta me trenutno najviše sputava? (strah, finansije, nedostatak znanja, okolina...)
- Mini-plan: Koji je prvi mali korak koji mogu uraditi da pređem preko toga?

Rad sa ljudima ili samostalno?

- Da li ti više prija da radiš samostalno ili sa ljudima, u smislu da imaš kolege/klijente?
- Kakvo radno okruženje ti najviše odgovara?

Vizija budućnosti: Zamisli da je prošlo 10 godina i sve je ispalo najbolje moguće.

Gdje si? Šta radiš? Ko je oko tebe? Kako izgleda tvoj tipičan dan? Koje svoje male i velike snove si ostvario/la?

Slobodno napiši sve što ti padne na pamet, pusti maštu na volju.

Tvoj trenutni posao:

- Šta najviše voliš u vezi sa trenutnim poslom?
- Koje vještine si stekao/la na ovom poslu i koje možeš prenijeti na sledeći posao?
- Šta ti dolazi prirodno i lako u ovom poslu?
- Na koje zadatke se raduješ, a koje odlažeš ili ti stvaraju stres?

Tvoja karijerna promjena:

- Kakvu promjenu karijere tražiš? (nova oblast, rast u postojećoj, freelancing, sopstveni biznis...)
- Koji su tvoji glavni motivi za promjenu?
- Ako bi donio/la odluku u skladu sa svojim vrijednostima, a ne strahovima – šta bi bio tvoj sledeći korak?

Tvoje životne težnje:

- Čemu u životu najviše težiš (slobodi, sigurnosti, učenju, balansu, ostavljanju traga...)?
- Kako zamišljaš da tvoja karijera može da te podrži u tome?



TVOJ SLEDEĆI KORAK

Ako ti je ovaj workbook pomogao da se preispitaš i osjetiš da je vrijeme za promjenu, pozivam te da nastavimo ovo putovanje zajedno kroz moj **Mentorski karijerni program**.

U programu ćemo:

- Raditi jedan na jedan, u potpunosti prilagođeno tvojoj situaciji
- Jasno definisati karijerne ciljeve i pravac
- Otkriti poslove i uloge koje ti najviše odgovaraju
- Osmisliti strategiju za efikasno traženje posla
- Optimizovati tvoj CV i LinkedIn profil
- Pripremiti te za intervju i gradnju mreže kontakata (čak i ako si introvert)
- Raditi na tvojoj mentalnoj pripremi za promjenu, jer karijerna tranzicija nije samo profesionalna već i lična promjena

Možeš mi pisati direktno na **jelena.rajkovic.coach@gmail.com** ili se prijaviti putem **[forme za prijavu](#)**.

ZA TVOJ PUT DALJE..

Motivacija nije uvijek tu kada nam je najpotrebnija. Nije realno očekivati da ćemo svakog dana biti puni energije i entuzijazma. Ono što nas vodi naprijed jeste **jasan cilj i slika života kakav želimo da živimo**. Mene je kroz najteže trenutke vodila **vizija**: kakvim ljudima želim da budem okružena, kako želim da se osjećam, koliko mi znači sloboda da biram svoj put.

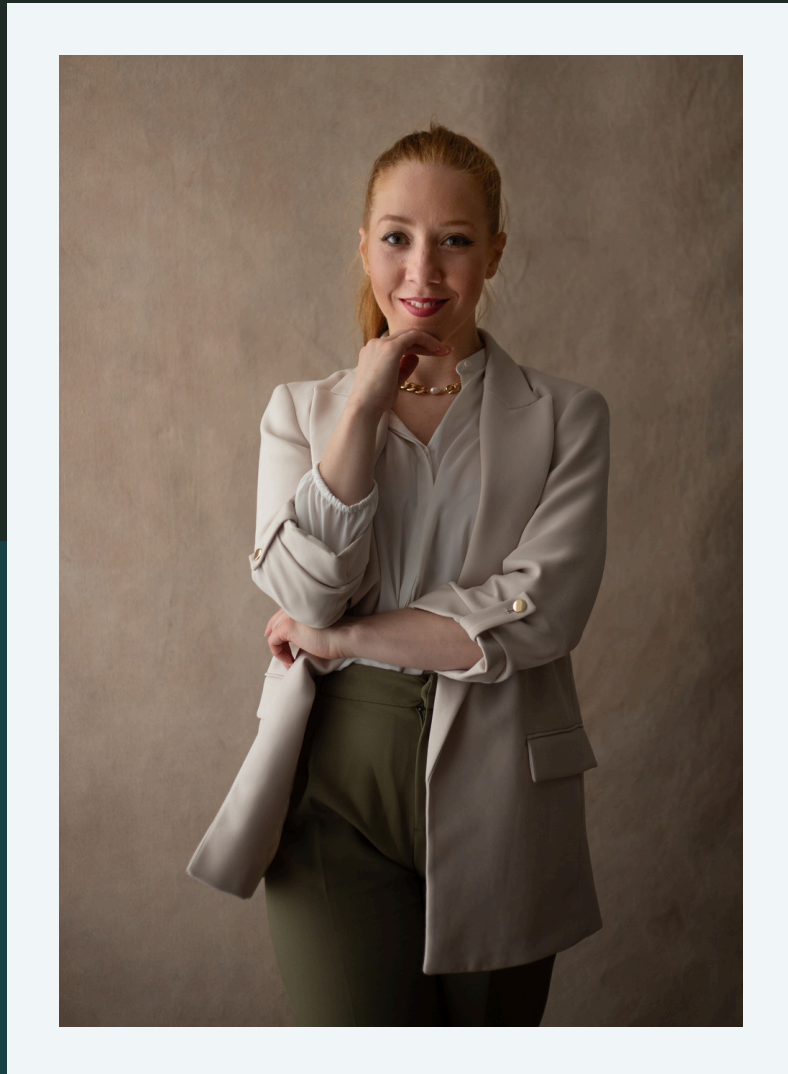
Bilo je i teških dana. Ali ono što sam naučila jeste da i tada možeš pronaći snagu, **u sitnicama koje ti vraćaju energiju**. To može biti osmijeh voljene osobe, kratka šetnja, muzika koja te smiruje ili dobra knjiga. Male stvari su često najveći podsjetnik da nismo stali, već samo usporili.

Svaki dan po malo – jedna nova navika, jedan mali korak, jedno „**danas ću probati ponovo**“. Upravo ti mali koraci, kada se skupe, vode do velike promjene.

Ako osjećaš da je došao trenutak za **tvoj sledeći korak** i želiš **podršku i jasnu strukturu** kako bi kroz promjenu prošao/la lakše i brže, tu je moj **Mentorski karijerni program**.

Jedna odluka danas može biti upravo ono što će ti otvoriti vrata promjeni koju želiš.

HVALA TI NA VREMENU I PAŽNJI!



Ako ti je ovaj workbook bio koristan,
radujem se da ostanemo u kontaktu.
Na mrežama dijelim ideje, priče i alate za
sve koji žele promjenu u karijeri i životu.

✉ jelena.rajkovic.coach@email.com

📷 [@jelena.rajkovic.coach](https://www.instagram.com/jelena.rajkovic.coach)

🌐 [Jelena Rajković](https://www.linkedin.com/in/JelenaRajkovic)