

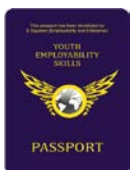
E F O W U R World

Arany szabály-lista munkakeresőknek

FA 21. század tudatos munkavállalóinak



“Nem is munka, hanem életvitel”



YES

Youth
Employability
Scheme

*A képzettség szárnyakat ad
Választási lehetőség
Szabadság*



Bevezetés - "Közöd? A saját életedhez van!"



„Aki semmit nem csinál, annak semmi sem jár” Anon

A világ egyre összetettebb, és az ezzel járó technikai fejlődésnek megvannak az előnyei és a hátrányai is. Hacsak körbe nézünk a metróban, vagy a köztereken, az emberek mindenhol az okostelefonjukba mélyednek. Lehet, hogy ezeket a sorokat is a telefonodon olvasod, lehet, hogy nem, de az biztos, hogy valamilyen képernyőn. Figyeld meg; egyre több időt töltünk egy helyben, hiszen a napi teendőink többségét különböző képernyők előtt végezzük. A képernyők a világra nyíló ablakaink, és sokaknak ezek biztosítják a valós vagy virtuális barátokkal való kapcsolattartást is. Persze azért ezek a képernyők arra is jók, hogy bárholnán dolgozhassunk, és hogy pénzt keressünk. De azért tudatosan kell tudni használni az internet világát; számtalan olyan online ajánlat létezik, ahol elképesztő gazdagságot ajánlanak, minimális munkáért. A legtöbb ilyen tisztán átverés, a munkádat eltüntetik, és nem az ígértek szerint fizetnek. Óvatosnak kell tehát lenni a csalóka, túl nagy hasznót ígérő, könnyű munkaaajánlatokkal szemben. Ha online, vagy távmunkával szeretnénk pénzt keresni, gondoljunk magunkra úgy, mint egy üzleti befektetésre, vagy cégre.

Ebben a globalizált, új technológiai megoldásokkal hemzsegő világban, fontos a versenyképesség, így fel kell reálsan mérnünk, hogy milyen képességeinkkel tudnánk beszállni a körbe. Mindannyiunknak vannak igényei és elvárásai, de ahhoz, hogy tényleg olyan életszínvonalon élhessünk, amelyet szeretnénk magunknak, fontos azokat a képességeket és tudásokat elsajátítanunk és fejleszteniünk, amelyek a munkaerő-piacon elvártak. Esetleg saját startup vállalkozásunk elkezdésén is elgondolkodhatunk. Ha az életedre úgy gondolsz, mint egy egyéni vállalkozásra, a következő kérdésekre kell megtalálnod a választ.

- Miért alkalmazzanak éppen engem?
- Milyen gyorsan tudok hozzáadni valamit a vállalkozáshoz?
- Mik a terveim az elkövetkező 3 évre?



Ilyen, és ezekhez hasonló, nem éppen egyszerű kérdésekkel találkozhatunk az állásinterjúkon is, ahol a képességeinket mérik fel. Ezeket a képességeket kell tudatosítani és fejleszteni ahhoz, hogy munkába állhass és sikerrel haladj előre. Ez eléggé nagy feladatnak tűnhet, különösen, hogy nagyon sok képzés és iskola főként a tárgyi tartalomra fókuszál semmint a képességek fejlesztésére. Egyre több oktatási intézményben elismerik, hogy milyen fontos, hogy a fiatal felnőtteket felkészítsék arra, hogy sikeres munkavállalók legyenek, illetve, hogy akár saját munkahelyeiket megteremtsék. Az Aranyszabály-lista munkakeresőknek az alkalmazhatóság és foglalkoztathatóság kérdéseit járja körül, és arra törekszik, hogy felkészítsen munka világára és így ez az élet nevű vállalkozás sikeres legyen..

Mit kell tudni erről az útmutatóról? **Employability4 (E4)** csapat azért állította össze ezt az útmutatót, hogy segítsen az munkaerő-piaci képességeid tudatosításában, a szakmai fejlődési lehetőségek feltérképezésében, illetve a jövőterved elkészítésében. Lépésenként érdemes haladni, ne rohanj, és hagyd magadnak időt annak a végig gondolására, hogy a gyakorlatban ez hogyan alkalmazható a te helyzetedre.

Minden itt van, amire szükséged lehet, és nem kell rá semmit sem költened

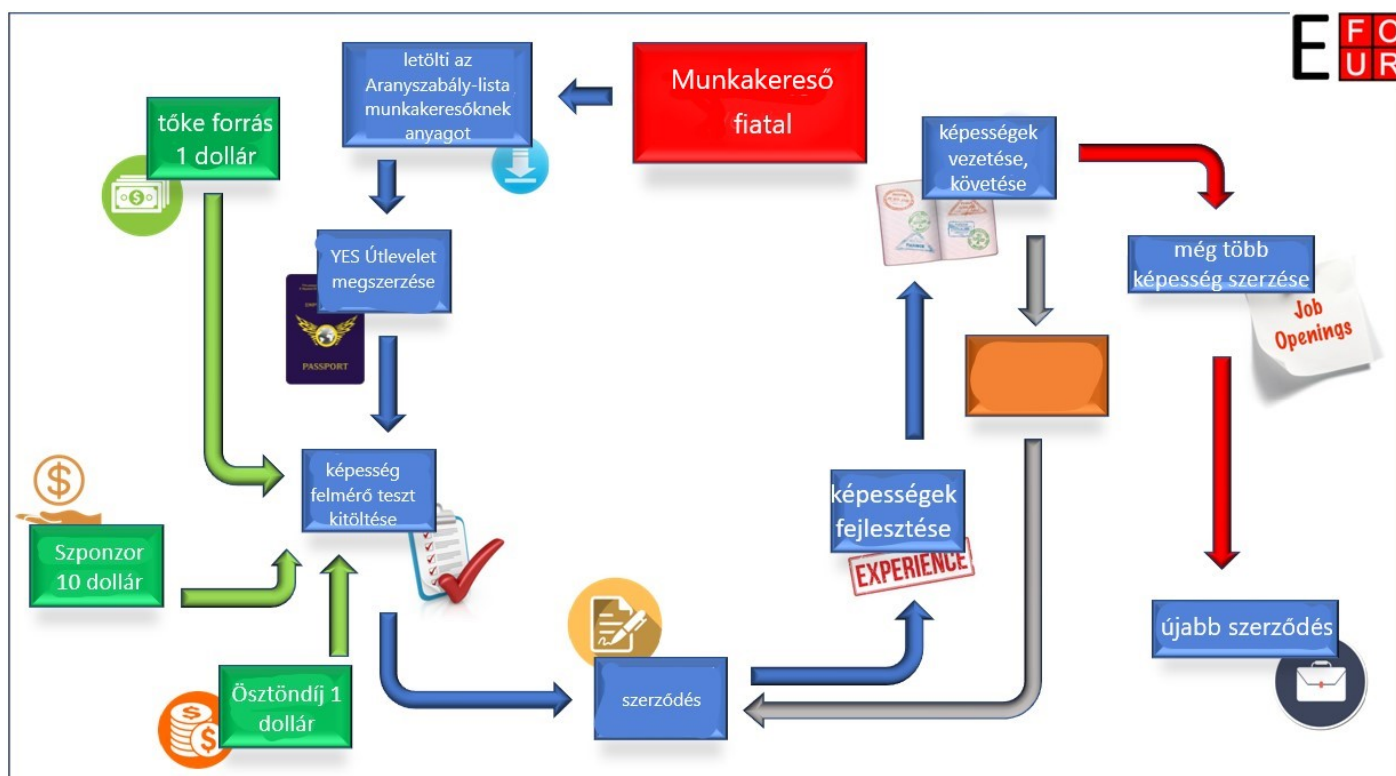


Mi az az E4 Modell

Az **E4** Modell arra lett kifejlesztve, hogy azoknak nyújtson gyakorlati segítséget, akik munkát keresnek, de korlátozottak az anyagi, tanulási vagy képzési lehetőségeik, illetve nincsen elegendő munkatapasztalatuk, de az is lehet, hogy gyakornokként szeretnének valahol elhelyezkedni.

Egy elkötelezett **E4** felhasználó a modellnek köszönhetően fejleszteni tudja a képességeit, új lehetőségeket találhat, illetve a jövőben könnyedén szerezhet munkatapasztalatot.

Az E4 modell 12 lépésből áll. Figyelemmel olvasd el a lépéseket!



„Mutass valakit, aki imádja a munkáját, és egy olyan embert látsz, aki életében nem dolgozott.”

Anon



Hogyan használd a programot?

Lépések

1. keress fel egy **E4** oldalt
2. Regisztrálj és töltsd le az AranySzabály-lista munkakeresőknek anyagot
3. Csináld végig, és mindenképp lépj kapcsolatba az **E4** csapattal itt: help@employability4world.com
4. Szerezz be egy YES Útlevelet, online ingyenes, vagy megveheted az appet
5. Végezd el a képesség felmérő tesztet – az **E4** weboldalakon keresztül
6. Töltsd ki a YES Útleveled a már meglévő képességeiddel és tapasztalataiddal
7. Töltsd ki az Alap Képességek munkalapot
8. A Személyi Növekedési Terved segítségével tűzz ki SMART célokat, nézd végig az 1 dolláros szerződéseket
9. Töltsd ki az Online Ösztöndíjra való jelentkezést
10. Fedezd fel az GyakornokZónát és térképezd fel a lehetőségeidet (ne feledd kitölteni az 1 dolláros szerződéseket)
11. Látogass el a Munkatapasztalat Zónába
12. Töltsd tovább a YES Útleveledet.

Ha követed mind a 12 lépést, és folyamatosan bővíted a YES Útleveledet, kkor az alábbiak közül, ha nem is mind, de sok meglesz:—

- A képesség készleted bővül
- Új lehetőségek nyílnak meg előtted
- Lesz üzleti ötleted
- A szakmai fejlődésre fenntartható utakat találsz

Mielőtt belevágnál

Ha megengedheted magadnak, akkor megveheted az appet és az 1 dolláros szerződéseket

Ha nem, akkor jelentkezz a 10 dolláros ösztöndíjra, és így 10 digitális feladatsort letölthetsz

Az online YES Útlevél ingyenes.

Az ösztöndíjra itt jelentkezhetsz online:

Employability 4 World

Ha megveszel egy appet, akkor 3 darab 1 dolláros szerződést ajándékba adunk



„A siker nem magától jön. Kemény munkát, kitartást, tanulást, áldozatokat igényel. És mindenekelőtt az kell hozzá, hogy szeresd, amit csinálsz, szeresd, amit tanulsz.”

Pele

És ne feledd, hogy azért töltötted le az AranySzabály-lista munkakeresőknek anyagot, mert fejlődni akarsz annak érdekében, hogy sikeres legyél a munkaerő-piacon.

A legnagyobb kincsed a *tudásod és a képességeid*. Úgyhogy kezeld is úgy!

Vágjunk bele!





- A. Aknázd ki a képességeidet
- B. Bátran a jövőd felé – készülj fel alaposan.
- C. Csakis pozitív hozzáállással
- D. Derítsd ki, hogy mi lelkesít
- E. Egyengesd a szakmai kapcsolataidat
- F. Fedezd fel a te utad
- G. GÓL! Célbeazonosítás
- H. Haladj a jó szokások rögzítése felé
- I. Inkább Te kezdeményezz- ez kulcs fontosságú
- J. Jó, ha a siker mentén gondolkozol
- K. Tudnod kell, hogy mik a korlátaid
- L. Legyél TE az, akit nem felednek, legyél egyedi
- M. Munkádat ügyesen osztd be, használd ki az idődet
- N. Ne elégedj meg azzal, amid van – fejleszd a képességeidet
- O. Ott a lehetőség, de találj meg őket!
- P. Publikus – tanulj meg közönség előtt jól beszélni
- Q. ? Kérdezz bátran
- R. Rajta, olvass utána
- S. Segít a magabiztos fellépés
- T. Tanulj meg kockáztatni is
- U. Utánpótlás és ellátási lánc a munkaerő-piacon
- V. Van olyan szó, amit nem ismersz? Tanulj meg újakat!
- W. World! Tiéd a világ.
- X. X-faktor tehetségkutató az agyaddal
- Y. You! Mi a te személyes terved a fejlődésedre?
- Z. Zárd ki a kudarcot – a csúcs a cél!



Appendix A – Z



A - Aknázd ki a képességeidet!

„A sikernek nincsen titka. A felkészültség, kemény munka és a hibákból való tanulás eredménye.”

Colin Powell.

Mindenki képes elérni a céljait, ha eléggé kitartó és elszánt. De gyakran túl nagy feladatnak tűnhet, elbizonytalanodik az ember. Ezért nagyon fontos, hogy olyan dolgokra fókuszáljunk, amik igazán érdekelnek, és amikre oda tudunk figyelni. Persze nyilván nem mindenből lesz Mark Zuckerberg, a Facebook alapítója, de az igazi vagyon az nem csak arról szól, hogy sok pénzünk legyen. Az emberek többsége viszonylag kevés pénzzel éli le az életét, de azért boldogan, mert szeretik, amit csinálnak.

A fenti idézet is arra hívja fel a figyelmet, hogy mennyire fontos megtalálni azt, amit szeretünk csinálni, és aztán kitartani a mellett. Az **E4 Modell** úgy lett kifejlesztve, hogy számtalan utat és lehetőséget feltérképezhessen és kipróbálhasson a felhasználó, hogy aztán megtalálhassa, amit a legjobban szeret csinálni, és azon a területen fejlődhessen.

Resource

Hogyan aknázd ki a képességeidet 5 lépésben a

képességeid kiteljesítése felé

CLICK HERE

CLICK HERE

B - Bátran a jövőd felé – készülj fel alaposan

„A felkészültség magában már fél győzelem”

Miguel de Cervantes

Amikor nagyon gyorsan változik minden, nem mindig olyan egyszerű jól felkészültnek lenni, de azért tegyük minden tőlünk telhetőt!

Tehát, hogyan is készülhetünk fel? Az **E4 Modell** a jövőkutatás elveire épít, vagyis egyszerűen fogalmazva, a jövőre helyezi a hangsúlyt. Napjainkban rengeteg olyan munkahely van, ami 10 évvel ezelőtt még nem létezett, illetve a következő 10 évben sok olyan munkahely születik majd, amik még most nem léteznek. Itt van néhány példa az 1984-ben megjósolt munkahelyek közül. Napenergia kutatómérnök, lézer technikus, genetikai tanácsadó, vízgazdálkodás mérnök, mesterséges intelligencia technikus, mélytengeri hotel menedzser. Az egyetlen munkahely a listáról, ami még várat magára, az a genetikai tanácsadó. De ha megnézzük, hogy milyen tempóban fejlődik a génkutatás, és hogy az elmúlt években mennyivel olcsóbb lett DNS tesztet végeztetni, valószínűleg nem kell sokat várni egy ilyen munkakör megszületésére.

Lehetséges munkakörök 2030-ban: emlékeztet zavar sebész, asztrobankár, agyhullám dekódoló (gondolatolvasó), séf-földműves (agro-étterem tulajdonos), robotikus giliszta irányító, holo-fedélzet tréner, úr hulladék újrahasznosító, digitális régész. Igazából a séf-földműves és a digitális régész már születőfélben lévő szakmák. Úgy készülhetsz fel a jövőre a legjobban, ha szemmel tartod a most zajló változásokat, és végiggondolod, hogy milyen szakmai igények lesznek a jövőben.

Gondolj a jövő kutatásra, amikor a személyes fejlődési terveden dolgozol. Amikor beazonosítod a SMART céljaidat, ne félj nagyot álmodni. Mi az, ami érdekel a jövő technológiái közül. Olvass utána, keress rá.

Itt egy érdekes website arról, hogy miket rejthet a jövő: www.2045.com

Resource

Készülj fel, és akkor nem lesz olyan stresszes

CLICK HERE

Hogyan készülhetsz fel bármilyen eshetőségre

CLICK HERE

C – Csakis építő hozzáállással

„Vannak, akik nagy sikerekről álmodnak, és aztán vannak azok, akik ébren maradnak és sikeresek lesznek.” Anonymous

A hozzáálláson elképesztően sok múlik. Ha ez nincsen meg, akkor siker sem lesz.

Hogy lehet fejleszteni a hozzáállásodat? Sajnos nem lehet egyik napról a másikra. Alapos vizsgálatot és előre tervezést igényel. Igen, igen, megint azok a száraz szavak. De az önvizsgálat és a reális tervezés a siker elengedhetetlen részei. Az emberek gyakorta túl sokat akarnak, túl magabiztosak. Ilyen tervekkel, hogy „Mire 30 éves leszek meglesz az első 50 millám”, vagy „40 évesen nyugdíjba vonulok” semmire sem jutunk. A szavak mellé tettek is kellenek. A valóságtól teljesen elrugaszkodott álmokkal sokan kudarcra vannak ítélve.

A pozitív hozzáállás semmit nem ér, ha megvalósíthatatlan célkitűzéssel párosul. Gondolj csak az újévi fogadalmakra. A konditermek tele vannak januárban olyanokkal, akiket a friss lelkesedés szele hajt. Aztán a számok elég gyorsan megcsappannak, amikor kiderül, hogy komoly elkötelezettséget is igényel. A jó hozzáállást az apró sikerek hajtják. Ezért fontos, hogy emberi léptékű, elérhető célokat tűzzünk ki magunk elé. Így az apró sikereink egymásra épülhetnek.

Például, szánjál arra egy órát naponta, hogy a tudatosságodat javítsad. Fókuszálj a képességeidre, dönts el, hogy miben szeretnél fejlődni, és azt az egy órát azzal töltsd, hogy ezeket a képességeket fejleszted.

Első lépésként töltsd ki a [képesség felmérő tesztet](#), ami itt található.

Resource

Hogyan javíthatsz a hozzáállásodon 4 féle képpen

CLICK HERE

A megfelelő hozzáállás kifejlesztése

CLICK HERE

D – Deríts ki, hogy mi lelkesít

„Általában azok, akik szenvedéllyel dolgoznak, gyakrabban élnek anyagi kényelemben és jólétben, mint azok, akik nem.”

Jean Chatzky

A legnagyobb kincs az, hogyha szereted, amit csinálsz. A fenti idézet is arra mutat rá, hogy akik élvezik a munkájukat, gyakran sikeresek is.

Gondolj erre úgy, hogy az élvezetet és nem a pénzt keresed. De sok embernek nehezen megy az, hogy megtalálja a munkájában azt, amit szeret, és amiért lelkesedni tud. Ezért érdemes sokféle dolgot kipróbálni. Gyakran előfordul, hogy azt képzeljük valamiről, hogy nem fogjuk szeretni, aztán amikor jobban elmélyedünk a témában, kiderül, hogy jobban élvezzük, mint azt gondoltuk volna.

Fogalmazhatunk úgy is, hogy ha biztosan tudod, hogy mi az, ami nem jön be neked, akkor egy lépéssel beljebb vagy annak kiderítésében, hogy mi az, amit viszont szeretsz. Jobb azt mondani, hogy kipróbáltam, és nem jött be, mint azt, hogy nem próbáltam, de biztos utálnám.

Ha megkérdezel erről bárkit, aki szeret nagy nyilvánosság előtt beszélni, nagy valószínűséggel azt fogja mondani, hogy az elején biztos volt benne, hogy az ilyesmi nem neki való.

Resource

Mi az ami lelkesít? Találd meg 5 kreatív gyakorlaton keresztül

[CLICK HERE](#)

Karrier, amit imádsz és álmaid szakmája 4 gyakorlati lépésben

[CLICK HERE](#)

E – Egyengesd a szakmai kapcsolataidat

„A profi író az, aki amatőrként kezdte, de aztán nem hagyta abba.”

Richard Bach

Gyakran hallani, hogy valakiről azt mondják, hogy nagyon profi valamiben, de mit is jelent ez, és hogyan érhetjük el a megfelelő szakmai színvonalat?

A gyorsan változó világunkban fontos, hogy fel legyünk készülve, és tudatában legyünk annak, hogy a különböző helyzetekben mik a felénk támasztott elvárások. Például, manapság az öltöny és nyakkendő már kissé divatjamúlt munkahelyi viseletnek számít, mégis van, ahol ez még fontos. Kérdezz meg olyanokat, akik az érdeklődési körödben dolgoznak. Akár kávézóban, nyilvános helyeken, nyugodtan szólítsd le őket egy pár rövid kérdés erejéig. Próbálj meg minél többet tanulni ezekből a beszélgetésekből.

Ha tudsz beszélni tanárokkal, iskolai vezetőkkel vagy előadókkal, akkor kérdezd meg tőlük, hogy egy-egy munkahely milyen elvárásokat támaszt a dolgozók felé. Persze, azért van, ami mindenhol alap, mint a pontosság, megfelelő öltözet, udvariasság, megbízhatóság, őszinteség és kitartás.

Például, ha interjúra méész, érkezz 10 perccel hamarabb, legfeljebb megiszol valahol egy kávé.

Egy igazi profi sosem keres kifogásokat, hanem felelősségteljesen jár el, és teljes elszántsággal végzi a dolgát. Ha a szakmai elvárásokkal kapcsolatban bármilyen kérdésed van, nyugodtan írd meg az **E4** csapatnak ide:

help@employability4world.com

Resource

Segítő anyagok: Hogy legyél profi 10 lépésben

CLICK HERE

Milyen a profi magatartás a munkahelyen

CLICK HERE

F – Fedezd fel a te utad

„Mindig legyen a cél a szemed előtt, is minden nap afelé haladj”.

Ryan Allis

Mikor kérdezte meg tőled valaki utoljára, hogy mit akarsz magaddal kezdeni? Ne stresszelj, ha nem tudod rá a választ. Egy híresség egyszer azt mondta, hogy a legérdekesebb emberek, akiket ismer, nem tudták 22 évesen, hogy mit akarnak magukkal kezdeni. És van olyan 40 éves, aki még mindig nem tudja. Amikor az utadat keresed, nem arról van szó, hogy meglévő utak közül kéne választanod, hanem inkább arról, hogy megtaláld a módját annak, hogy abba az irányba indulj el, amerre a lelkesedésed, a szenvedélyed vezet. Próbálj ki sokféle feladatot és gyakorlatot, azokat a munkákat és lehetőségeket is ragadd meg, amik talán eleinte úgy tűnnek, hogy nem neked valók. Így hamarabb eljutsz oda, ami viszont már neked való. A fentebb említett gondolatot tartsd szem előtt: ha tudom, hogy mi nem jön be, egy lépéssel közelebb vagyok ahhoz, hogy megtudjam, mi az, ami viszont bejön.

Az **E4** modell arra törekszik, hogy számtalan online és más feladattal segítse a diákokat/tanulókat abban, hogy a számukra legérdekesebb és legalkalmasabb lehetőségeket megtalálják, és hogy a lelkesedésüket termékeny módon tudják kiaknázni.

Ha nem tudod kifizetni az 1 dolláros szerződést, akkor itt jelentkezhetsz az ösztöndíjra:

www.employability4world.com aHa segítség kell az ösztöndíjra való jelentkezés kitöltésében, bátran írd az **E4** csapatnak.

[Karrier poszter](#)

CLICK HERE

[Viseljen fényvédőt](#)

CLICK HERE

G – Gól! Célbeazonosítás

„ Ha úgy érzed, hogy van odakint a nagyvilágban valami, amit csinálnod kéne, és ami lelkesít, akkor ne csak reménykedjél, hogy egyszer sikerülni fog, hanem indulj és vágj bele.”

Wanda Sykes.

Az Aranyszabály-lista Munkakeresőknek célja, hogy segítsen megtartani a céljainkat. Akkor miért is ne szánjunk ennek egy fejezetet? Ha már ezeket a sorokat olvasod, akkor biztosan felismerted a jól szervezettség szükségét. Az Aranyszabály-lista segít a tevékenységeid megtervezésében.

Hogyan is lehet jól beazonosítani a céljainkat?

- Fontos megértenünk, hogy a munkaadóknak mik az elvárásaik, és tudnunk kell, hogy legyünk mi a legjobbak.
- A munkaadók olyat keresnek, aki kitűnik a tömegből
- Jó képzettség, jó gyakorlat, jó kommunikációs készség és felkészültség
- Az alapok ismerete
- Soha ne add fel, légy kitartó, és SOHA ne hagyjad, hogy lebeszéljenek a kitűzött célodról.

Ezek kulcsfontosságúak, ha munkahelyet keresünk, vagy a lehetőségeinket akarjuk feltérképezni. Ha saját céget, projektet, vagy startup vállalkozást akarunk indítani, akkor a következőkre kell oda figyelni:

Fontos megérteni, hogy a jövőben kik lesznek a vevőink, a klienseink, illetve, hogy kik a versenytársak

- Akkor is tarts ki a végéig, ha útközben kiderül, hogy nem fenntartható az üzleti terved.
- Amit a folyamat során megtanulsz, azt sosem fogod elfelejteni.
- Hatékony feltérképezés, jó kapcsolati hálózatok, jó kommunikáció, alapos felkészülés
- Minden lehetőséget alaposan kutass fel, az alapokat ismerd meg jól
- Soha ne add fel, és ne hagyd, hogy lebeszéljenek

A kitartás kulcsfontosságú, ezt sose feledd!

Sokszor kudarcot kell előbb vallj, hogy aztán sikeres lehess.

Mik azok az okoscélok?

- **Specifikus** (egyszerű, ésszerű, értelmes).
- **Mérhető** (jelentés, motiváló tartalom).
- **Ami megvalósítható** (elérhető, nincs elszállva a valóságtól)
- **Releváns** (reális, eredmény orientált, jó forrásokkal).
- **Tartsd magad időhöz** (idő alapú, idő érzékeny, figyelembe veszi az időkorlátokat)

A fenti pontokat próbáld meg a szakmai fejlődési tervedben alkalmazni az **E4** modell segítségével, például így:

- **Specifikus** - Töltsd ki a képesség felmérő tesztet, és a YES Útleveledet
- **Mérhető** - Küldd el a kitöltött felmérő tesztet és készíts jól követhető tervet
- **Ami megvalósítható** - E. Ami megvalósítható: használd az „Aranyszabály-lista munkakeresőknek” pontjait
- **Releváns** - Releváns: A saját képességeiden dolgozz, és azon, hogy megtaláld azt, amit szeretsz
- **Tartsd magad az időhöz** - Tartsd magad időhöz: 3nap

Nem kell rengeteg időt tölteni egy-egy ponttal. Csak legyél őszinte, és ügyelj arra, hogy a fenti pontokat figyelembe vedd.

Resource

Benjamin Franklin 7 legfontosabb gondolata az életről

CLICK HERE

SMART célok

CLICK HERE

H – Haladj a jó szokások rögzítése felé

Haladj a jó szokások rögzítése felé „A minőség nem tettek, hanem megszokás kérdése”

Arisztotelész

Az emberek a megszokásokat gyakran negatív fényben tüntetik fel. De mindenkinek megvannak a maga szokásai, amikre eléggé sok időt és figyelmet fordítunk. De ahogy a rossz szokások, úgy a jó szokások is idővel kifejleszthetők. Találj ki pár olyan jó szokást, amik a szakmai fejlődésedet elősegíthetik. A 7 legfontosabb jó szokás legismertebb listája a következő:

1. Légy kezdeményező
2. Mindig tartsd szem előtt a célt, még a legelején is
3. A legfontosabb dolgok kerüljenek előre
4. Win-win helyzetekben gondolkodj, ahol mindenki jól jár
5. Előbb érts meg másokat, aztán téged is meg fognak érteni
6. Dolgozz együtt másokkal
7. „Élesítsd a kardot”

Az első három pont a hangsúlyt az önállósodásra és fejlődésre helyezi, míg a következő három a csapatmunka fontosságát emeli ki, az utolsó pont pedig arra vonatkozik, hogy milyen fontos folyamatosan fejlődni és növekedni.

Resource

Sikeres emberek 7 szokása

[CLICK HERE](#)

16 fontos tipp a jó szokások kifejlesztéséhez

[CLICK HERE](#)

Inkább Te kezdeményezz- ez kulcs fontosságú

„ A kezdeményezőképeség nem más, mint a helyes dolgot tenni anélkül, hogy valakinek mondania kéne”
Victor Hugo

A legtöbb munkáltató a kezdeményezésre való képességet nagyon fontosnak tartja, főleg olyan munkahelyeken , ahol az egyén pozíciója és munkaköre ezt megkívánja. De ha saját vállalkozáson gondolkozol, akkor még inkább elengedhetetlen ahhoz, hogy elérd azokat a **SMART** célokat, amik segítenek a vállalkozásod megszületésében.

A kezdeményezés gyakran együtt jár azzal, hogy mersz kockázatot vállalni. De ehhez alapos átgondolás és tervezés is szükséges, mint mondjuk az AranySzabály-lista munkakeresőknek minden pontjához. Mindig gondold végig, amikor kezdeményezel valamit, hogy mi motivál, és mit akarsz elérni vele a végén.

Resource

Kezdeményezés – Kulcs fontosságú

[CLICK HERE](#)

Hogyan kezdeményezz hasznosan

[CLICK HERE](#)

J – Jó ha a siker mentén gondolkozol

„A pozitív tettek és a pozitív gondolkodás eredménye a siker.”

Shiv Khera.

Sokunknak az elmúlt években egyre összetettebbé vált az élete. A napi teendőkön túl fontos a közösségi hálón a kapcsolattartás barátokkal és családdal, a képességeinket és lehetőségeinket folyamatosan fejlesztenünk kell, ezermillió dologgal zsonglörködünk egyszerre.

Az AranySzabály-lista munkakeresőknek legfontosabb üzenete, hogy előre tervezz, illetve hogy a céljaid elérhetőek, emberi léptékűek legyenek. Annak nincs sok értelme, ha elérhetetlen célokat tűzöl ki, és ezzel kudarcra ítéled a próbálkozásaidat. Itt van néhány gondolat arról, hogy hogyan tartsál mindent egyszerre kézben:

- Dolgozd ki a **SMART** céljaidat
- - Azokra a feladatokra összpontosíts, amik ezeknek a **SMART** céloknak az elérésében segítenek.
- - Fontos elfogadni, hogy lesznek nehézségek, és lehet, hogy lassabban haladsz majd, mint ahogyan szeretted volna
- - Ne hagyd, hogy a veled versengők elbizonytalanítsanak, nem mindenki drukkol a sikeredért, de ez téged ne érdekeljen.
- - Tanuld meg élvezni a munkád gyümölcsét, értékeld a kisebb sikereket is
- - Fejleszd az önbizalmad
- - Lépésenként dolgozz a képességeiden és a tudásodon
- - A szabályok nem mindig rosszak – tanuld meg értékelni és tisztelni őket

Lehet hogy az *AranySzabály-lista munkakeresőknek* kicsit olyannak tűnik mint valami szabályzat, de az **E4** csapat igazából arra bátorít, hogy ez a dokumentum inkább laza útbaigazítód legyen ahhoz, hogy kialakítsd a saját folyamataidat, módszereidet. Ha ebben kell segítség, írd nekünk: help@employability4world.com

Az egyik kulcsfontosságú készség, amelyet mindannyiunknak fejlesztenünk kell, az, hogy nem mondhatnánk, és prioritásként kezeljük. Az a képesség, hogy a nemet mondjuk, valami, ami segíthet Önnek a **SMART**-célkitűzésekben, és támogatja azt a képességét, hogy a legjobbat mondhasa a nem. „Szeretném ezt megtenni, de nem illik a készségfejlesztési tervekhez”.

Persze, ha a házimunkával akadtál el, akkor sajnos az **E4** csapat sem tud segíteni. Azt mi is utáljuk:)

Resource

Túl sok mindent csinálsz egyszerre? Tanulj meg mindent kézben tartani

CLICK HERE

Hogy dönts el, hogy mi a legfontosabb

CLICK HERE

K – Tudnod kell, hogy mik a korlátaid

„A siker nem végleges, és a kudarc nem veszteség: ami igazán számít, az a bátorság ahhoz, hogy folytasd.”
Winston Churchill.

A legtöbbször gyakran nehezen mondunk nemet, főleg ha a siker és az előrehaladás hajt minket. De fontos ismernünk a határainkat és korlátainkat, amikor célkitűzésekről, feladatokról és törekvéseinkről van szó. Sokan nem ismerik, hogy hol a határ, és emiatt gyakran olyan célkitűzéseket választanak, amiket aztán nehezen tudnak teljesíteni.

Például, sokan, amikor konditerem bérletet vesznek, az elején gyakran túlnyomják az edzést, emiatt csökken a motivációjuk, nagyon elfáradnak, és elveszítik a lelkesedésüket.

Amikor kiválasztod, hogy mik legyenek a céljaid, kezd apró, elérhető dolgokkal. Aztán ha azt elérted, akkor léphetsz tovább a következőre. Ha mondjuk fittebb szeretnél lenni, kezd öt fekvőtámasszal minden nap, aztán adj hozzá még ötöt, ha már egy hónapja megy. Hat hónapon belül már a napi harminc fekvőtámassz sem lesz már kihívás.

Resource

7 módja annak, hogy nemet mondj, anélkül hogy valakit megbántanál

[CLICK HERE](#)

Hogyan lehet felfedezni édes helyét

[CLICK HERE](#)

L – Legyél TE az, akit nem felednek

„Még soha nem tökéletesítettem egyik feltalálásomat sem anélkül, hogy meg ne kérdeztem volna magamtól, hogy ezzel mit adok a világnak....előbb kitalálom, hogy mi kell, aztán feltalálom.”

Thomas Edison

Egyre nagyobb a versengés az üzleti életben és a startupok világában is.

Például, nemrég egy nagyon nagy nevű gyakornok-választó hétvégi eseményen, az egyik résztvevő észrevette, hogy a társai nem szívesen ragadják meg a vezetést egy eléggé nehéz feladat során. Ebben meglátta a lehetőségét, és lecsapott rá. Ez volt az a pillanat, amivel bekerült 11 másik társával egy nemzetközi hardware cég gyakornoki programjába, ahová csak nagyon kevesen kerülnek be. Ezek után a menedzser, aki ott volt, felsorolta az összes gyengeségét, hogy aztán azokon javítani tudjon. De a lényeg az, hogy odatette magát, megragadta a lehetőséget, kitűnt a többiek közül, és a többi már mellékes volt, hiszen lehetőséget kapott a hibáinak a kijavítására.

Úgyhogy mindig tartsd nyitva a szemed, és ragadd meg a lehetőségeket, hogy pozitívan hívhasd fel magadra a figyelmet!

50 egyszerű, de hatékony szokás, aminek segítségével kitűnhetsz

[CLICK HERE](#)

Hogyan tegyél jó benyomást

[CLICK HERE](#)

M – Munkádat időben ügyesen osztd be

„Ha bele fektetett munka nélkül próbálsz sikerre jutni, olyan mintha ott akarnál aratni, ahol nem vetettél.”
David Bly

Tényleg az idő a legnagyobb kincsünk, és sajnos nem megújuló. Ami elmúlt az elmúlt. Ezért érdemes alaposan átgondolni és megtervezni, hogy hogyan használjuk. Már megint álljon itt ez a szó, amit eléggé gyakran olvashattál ebben a kézikönyvben: TERVEZÉS. Van is egy népszerű közmondás, „ha nem tervezel, akkor a kudarcot tervezed”. A tervezés egyik legfontosabb eleme, hogy hogyan osztd be és használd fel az idődet.

A hatékony emberek mindig nagyon hatékonyak abban is, hogy hogyan osztják be az idejüket. Elég sok támpont és szabály létezik erre, lásd a linket lejjebb, de mégiscsak az az igazán kulcsfontosságú, hogy el kell döntsöd a fontossági sorrendet. Készítsd el a SMART célkitűzés listádat és oszd be az erre szánt idődet, feladatonként. Az egyik legfontosabb tanulság az időbeosztással kapcsolatban az, hogy ha jól kihasználod a munkára szánt idődet, akkor amikor pihensz, nem lesz lelkiismeret-furdalásod, hanem jól megérdemelt jutalomként fogod megélni a szabadidődet. És ez így sokkal élvezetesebb lesz.

Hányszor előfordult már, hogy épp nem csináltunk semmit, és közben végig azon agyaltunk, hogy a házit kéne csinálni. Akkor a legjobb élvezni a szabadidődet, ha előbb megtettünk mindent azért, hogy elérjük az aznapra kitűzött céljainkat. Ha a legértékesebb kincsedet, az idődet, jól beosztod, ügyesen és terv szerint, akkor ez segíteni fog céljaid elérésében és nem veszíted el út közben a lelkesedésedet sem.

10 hasznos tipp, hogy hogyan osztd be jól az idődet

[CLICK HERE](#)

Okosabban, ne keményebben: 21 időmenedzsment tipp

[CLICK HERE](#)

N – Ne elégedj meg azzal, amid van – fejleszd a képességeidet

„Mindenkinek van esélye arra, hogy tanuljon, fejlődjön és javítson a képességein”

Tom Peters.

Az **E4** csapata ezt a modellt 8 fő téma köré rendezte, ahogy ezt majd a YES Útleveledben is láthatod. Ezek a következők:

- Munkatapasztalat
- Felelősségvállalás, önmenedzselés
- Kommunikáció
- Számolás
- Általános kérdések, személyiség, önkép
- Problémamegoldás
- Informatika, internet
- Csapatmunka avagy önálló munkavégzés

E fenti pontokat az alapján fejlesztettük ki, hogy mi az, ami mostanában a munkaerőpiacon fontosnak számít. Az **E4**-en belül 10 alapvető képességet jelző szerződés van, amik megszerzésével YES pecsétet tehetsz az útleveledbe, és elkezdhetsz érdemben dolgozni az önéletrajzodon.

Lehet, hogy vannak közülük olyanok, amiket már tudsz, és akkor ezt be is vezetheted a YES Útleveledbe. Amikor a pecsétjeid bekerülnek a rendszerbe, akkor vagy megszerzed a YES applikációt, vagy 1 dolláros szerződésekkel dolgozol tovább. (ha letöltöd az applikációt, akkor 3 ingyenes 1 dolláros szerződést adunk hozzá.)

Ne feledd: Ha nem tudod ezeket a költségeket kifizetni, akkor töltsd ki a [pályázati nyomtatványt](#) itt, és add le az **E4** csapatnak. A nyomtatványt az E4World vagy az **E4** website-jain találod meg.

Mindig keresd a lehetőségeket az új tudás, az új tapasztalatok szerzésére. A lenti listán találsz egy csomó új képességet. Nézd meg, hogy érdekelnek-e. Az **E4** csapat mindenképpen segíteni szeretne minden elszánt tanulónak vagy diáknak, ezért ha bármilyen kérdésed lenne, bátran fordulj hozzánk itt: help@employability4world.com

Resource

88 új szakképesítés még ma

[CLICK HERE](#)

Milyen egy szakképzett a 21. században?

[CLICK HERE](#)

O – Ott a lehetőség, de találj meg!

„A lehetőségek osztódásba kezdenek, amint megragadod őket.”

Sun Tzu

A lehetőségek, kicsit a pitypang virágra hasonlítanak. Ha megfújsz egy pitypang gömböt, az olyan, mint amikor élsz a lehetőségeiddel. A virágnak sok apró repülő magja szétszál és sok másik pitypangot hoz létre. Az **E4** csapat létrehozott egy **Lehetőség Tudástár**at, amit megtalálsz a Moodle-ben (ez egy tanulás menedzsment program). Sok lehetőséget gyűjtöttünk itt össze, gyakornoki munkákra, munkatapasztalat szerzésére stb., és ezeket rendszeresen frissítjük.

Nyugodtan látogass el a Tudástárba és te is tedd fel a hirdetésed, ha munkával, szakértelemmel vagy bármilyen más tapasztalattal szeretnél hozzájárulni már fent lévő projektekhez. Ha projekt alapú üzleti vállalkozásba fognál vagy startup-ban gondolkodsz, ez szuper lehetőség arra, hogy olyanokkal találkozz, akik hasonlóan gondolkodnak, és segítségre lehetnek a vállalkozás elindításában, akár úgy, hogy összefogtok.

Ez arra is jó, hogy tapasztalatot és képesítést szerezz, mielőtt csatlakoznál a Bázis Táborhoz, azaz a GyakornokZónához. Ha Bázis Tábor ösztöndíjat akarsz megpályázni, annak előfeltétele, hogy a Lehetőség Készletből együtt dolgozz valakivel vagy valakikkel, illetve hogy a Lehetőség Tudástárban valaki mással együtt kifejleszd az üzleti tervedet.

Resource

A saját szerencséd kovácsa

[CLICK HERE](#)

A legjobb lehetőségeket te magad teremted meg

[CLICK HERE](#)

P – Publikus – tanulj meg közönség előtt jól beszélni

„Az egyik legnagyobb félelmem, még ha csak egy pár emberről is van szó, a nyilvános beszéd.”

Bill Clegg.

A legtöbb ember nagyon fél a nyilvános beszédétől. Mi a helyzet Veled? Ez is úgy működik, mint az összes többi félelmünk. Úgy tudod leküzdeni, hogy szembe nézel vele. Ezt apró lépésenként kell megtenni. Biztos előfordult már, hogy csapatmunka során túl félénken éreztél magad ahhoz, hogy összefoglald a csapat visszajelzéseit. A legjobb módja annak, hogy kitűnj a többiek közül, az, ha ilyenkor azt mondd, 'majd én bevállalom'. Az ilyen gyakorlatok általában kis közönség előtt zajlanak. Ahogy belejössz, kipróbálhatod magad nagyobb közönség előtt is.

Lehet, hogy elsőre tényleg ijesztő lesz, de második, harmadik, negyedik alkalommal, meglátod, egyre könnyebb lesz, míg végül már teljesen természetesen tudod csinálni.

A legjobb TED beszédek 20 tippje

CLICK HERE

A hatékony beszéd nyilvánosság előtt – 7 szabály

CLICK HERE

Q – ? Kérdezz bátran

„A sikeres emberek jobban tudnak kérdezni, és ezért jobb válaszokat is kapnak.”

Tony Robbins.

Sokan azt gondolják, hogy kérdezni csak akkor kell, amikor diák vagy, és még suliba jársz. De a kérdések a munkahelyen is nagyon fontosak tudnak lenni.

Főleg a napjainkban felfejlődő távoktatás, távmunka és más digitális kommunikációs csatornák esetében igaz ez. Nagyon fontos, hogy az ember világosan megértse, hogy mik az elvárások, és hogy mi pontosan a feladat, ahhoz hogy meg tudjon felelni az elvárásoknak. Nincs „buta kérdés”, mivel minden kérdés abban segít, hogy a kérdező megértse, mit, mikor és hogyan kell elvégeznie.

Amikor a SMART célkitűzéseiden dolgozol, látni fogod, hogy a kérdések a folyamat minden fázisában segítik majd a munkádat. Ha van bármi olyan kérdésed, amit nem találnál meg a GYIK-ben vagy az E4World website-on, nyugodtan írd nekünk ide: help@employability4world.com

A kérdések hatékonyabbá tesznek

CLICK HERE

Kérdezés és megkérdőjelezés fontossága

CLICK HERE

R – Rajta, olvass utána

„Az olvasás az agynak olyan, mint a mozgás a testnek.”

Joseph Addison.

Egy tudatos dolgozónak manapság elengedhetetlen, hogy jól és gyorsan tudjon olvasni. Persze az olvasás élvezet is lehet, de napjainkban annyi kommunikációs csatornából kell információt, üzenetet és szöveget feldolgoznunk, hogy nagy segítség a gyors szövegértés, a fontos információk kiszűrése.

Ha tudatos munkavállaló akarsz lenni, akkor fontos, hogy agyilag friss maradj és hogy jól ki tudj használni az idődet. Lehet, hogy tök érdekes minden barátod posztját elolvasni a különböző közösségi oldalakon, de sajnos nem serkenti az agyadat úgy, hogy javuljon a hatékonyságod, vagy hogy értékkel tudjál hozzájárulni a munkaerő-piachoz. A szókincsed fejlesztéséhez is nagyon fontos az olvasás.

Resource

Az olvasás 10 előnye: miért olvass minden nap?

[CLICK HERE](#)

8 tudományos magyarázat az olvasás fontosságára

[CLICK HERE](#)

S – Segít a magabiztos fellépés

„Ha elhiszed, hogy menni fog, már félig sikerült is.”

Theodore Roosevelt

Az önbizalom létfontosságú a tudatos munkavállalónál, de sajnos néha ennek hiányában szenvedünk. Nem vagyunk eléggé magabiztosak. De ez természetes, senki sem érez állandó önbizalmat mindennel kapcsolatban, amit csinál.

Amikor a szakmai előre meneteledet tervezed, dolgozz az önbizalmad növelésén is. Ennek a kulcsa az, hogy kezelhető és reális célokat tűzz ki magad elé. De azt is fontos felismerni, hogy a kudarc is része a haladás folyamatának.

Resource

Dolgozz az önbizalmodon

[CLICK HERE](#)

Hogyan növeld az önértékelésedet

[CLICK HERE](#)

T – Tanulj meg kockáztatni is

„Merj ugrani, és azonnal megjelenik majd a biztonsági háló, ami elkap.”

Zen mondás

Minden embernek megvannak a maga félelmei, és menekülési ösztönei az adott helyzetekben. De tudatos dolgozóként nagyon fontos felismerni, hogy a kockázatvállalás jó dolog. E nélkül nagyon nehéz lesz elérni az álmainkat.

Ahogy már idéztük máshol, maga Winston Churchill is azt mondta, hogy a kudarc nem a vég. El kell fogadnunk, hogy fogunk hibázni, de az a lényeg, hogy tudjunk ezekből a hibákból tanulni, és a levont következtetéseket beépítsük a terveinkbe és a **SMART** célkitűzéseinkbe

Resource

A kockázat sikerre vezet: 7 oka ennek

[CLICK HERE](#)

Vállalj kockázatot: sokkal jobbak az esélyeid, mint gondolnád

[CLICK HERE](#)

U – Utánpótlás és ellátási lánc a munkapiacra

"Nem a szervezetek versengenek egymással, hanem az ellátási lánc okozza a verseny helyzetet."

Anon.

Az emberi társadalmak egyik legfontosabb alapeleme az ellátási lánc. Még a legprimitívebb társadalmakban is léteztek, bár nem voltak túl bonyolultak. Napjainkban az ellátási láncok globálisak, az egész világot átszövik, igen bonyolultak és persze jó hosszúak is. Nagyon fontos kérdés rád nézve, hogy hogyan tudsz beilleszkedni ebbe az ellátási láncba azzal a tervvel, amin most dolgozol.

A tudatos munkavállalók, vagy ha úgy tetszik, a tudásmunkások elengedhetetlen részei a modern ellátási láncoknak. És ezeket a tudásmunkásokat sosem fogják az AI (mesterséges intelligencia) találmányok helyettesíteni. Ha úgy döntöttél, hogy tudásmunkás akarsz lenni, akkor nagyon fontos, hogy megfigyeld az ellátási láncok változását, és azt, hogy milyen szakképzettséget igényelnek az újonnan megszülető ellátási láncok.

Resource

5 példa az ellátási lánc menedzsmentre

[CLICK HERE](#)

Ellátási lánc: mi az, példák és előnyök (diagrammal)

[CLICK HERE](#)

V – Van olyan szó, amit nem ismersz? Tanulj meg újakat!

„A szókincs nem csak szóhasználat, hanem szóépítés is.”

David Crystal

A tudásmunkás egyik fő kincse a nyelv és a nyelvhasználat, amit a hatékony kommunikálásra és összetett gondolatok és ötletek kifejezésére használ. Nagy szókinccsel a tudásmunkás lépést tud tartani a modern munkahelyek elvárásaival, követelményeivel. Sokkal hatékonyabban tud kapcsolatba lépni másokkal és így a vélemény- és ötletmegosztás is sokkal magasabb szintre kerül.

Resource

Adományozz rizst, miközben a szókincsedet fejleszted

[CLICK HERE](#)

7 tipp, hogy hogyan tanulj új szavakat

[CLICK HERE](#)

W – World! Tiéd a világ

„Aki még soha nem hibázott, nyilván soha nem próbált ki még semmi újat.”

Albert Einstein

Talán sokan hallottátok már azt a kifejezést, hogy a határ a csillagos ég, de nem szabad elfelejtenünk, hogy nem egyik napról a másikra fogsz odaröppülni.

Gondoljunk csak arra, hogy hogyan születik meg a gyöngy a kagylóban. Bekerül egy apró homokszem a kagylóba. Ez állandó irritációt okoz a kagylónak, és elkezd a homokszemcsét bevonni gyöngyházzal. Ez addig-addig megy, míg elkészül a gyönyörű gyöngy.

Tegyük fel, hogy a homokszemcsé szimbolizálja az alap motivációt arra, hogy sikeres legyél az életedben, de állandóan dolgoznod kell rajta, ahogyan a kagylónak is, hogy megszülethessen végül a gyöngy. Minden homokszem igazából egy lehetőség. De te neked kell foglalkoznod vele.

Resource

Hogyan használd ki a lehetőségeidet

[CLICK HERE](#)

Az élet lehetőségei: Hol? Hogyan?

[CLICK HERE](#)

X – X-faktor tehetségkutatás az agyaddal

„A legmagasabb hegycsúcsra is lépésenként jutunk el”

Barbara Walters

Kevesen értik, hogy az emberi agy hogyan sajátít el új dolgokat. És bár eléggé összetett folyamatról van szó, a következőképpen egyszerűsíthetjük le.

Az emberi agy a legösszetettebb dolog a világon, több mint 100 trillió kapcsolódással. Amikor valami újat tanulunk, új kapcsolódások születnek, és ha ezek az új kapcsolódások viszonylag rövid időn belül megismétlődnek, az információ tudássá válik, és beprogramozódik az agyunkba.

Végül is az anyanyelvedet is gondolkodás nélkül beszéled, mivel teljesen bele van programozva az agyadba. Tehát egy tudásmunkás elsődleges célja az, hogy az információt effektíven tudássá alakítsa. Így ez a tudás belsővé válik és könnyen megosztható, ha az alkalom úgy kívánja. Tehát az agyad az az x-faktor, ami a végkimenetet meghatározza. Így tudásmunkásként az üzleted felépítése és annak sikere nagy mértékben az agyadon múlik.

Olvass, tanulj, szerezz szaktudást és dolgozz az agyad beprogramozásán

Resource

100 trillió kapcsolódás: az emberi agy felépítése

[CLICK HERE](#)

Hogyan lehet a boldogságot beprogramozni

[CLICK HERE](#)

Y – You! Mi a te személyes terved a fejlődésedre?

„Amitől a legjobban félünk, általában az, amit a leginkább csinálnunk kéne”

Ralph Waldo Emerson

A **SMART** céljaid elérésében segíthet, ha csinálsz magadnak egy Személyes Fejlődési Tervezetet. Bármilyen startup vagy üzleti vállalkozás egyik legfontosabb eleme a tervezés. Ennek hiányában nehéz messzire jutni. De sok időt vesz igénybe és gyakran sok frusztrációt kell megélnünk, mire elkészül. De, ahogy Benjamin Franklin is mondta, ha nem tervezel, a kudarc a terved. Tehát szánj rá időt, és készíts egy tervet magadnak.

Itt egy példa egyik diákunktól, aki az **E4** csapattal dolgozott, és most a választott szakmájában komoly sikereket ér el. Nem változtattunk a diák szavain, látható, hogy nem a kifinomultság, hanem a tartalom a fontos. Ez a táblázat úgyis a te használatodban marad, úgyhogy ne izgasd magad azon, hogy hogyan fogalmazol, inkább arra figyelj, hogy mit kell csinálnod és azt írd le egyszerű szavakkal.

Fejlődési Tervezet példa

Személyes Fejlődési Célok	Mi	Hogyan	Feltétel
Egy alapos karrier fejlesztési terv kialakítása, ami az erősségeimre épít, és fejleszt a gyengeségeimet. Nemzetközi munkavállalásra ad lehetőséget és segít a fejlődési irányok feltérképezésében	Alapos SWOT analízis elkészítése, lásd H csatolmány	BA szakmai erősségeim és gyengeségeim felsorolása	Időt kell rá szánni, és brutálisan őszintének kell lennem
	A kiválasztott szakmában feltérképezni a kulcs fontosságú területeket	Felrajzolni a lehetséges útvonalakat a szakmai fejlődésre	Megfelelő lehetőségek megragadása a készségek fejlesztésére
	Készségfejlesztés lehetőségeinek felkutatása	Gyakornoki munkák elvállalása, munkatapasztalat megszerzése, alapképzésen túli lehetőségek keresése, órákon kívüli aktivitás	Azon kell aktívan dolgoznom, hogy megtaláljam ezeket a lehetőségeket
	Minden fejlődési lehetőség megragadása, új készségek a cél	Készségfejlesztés megteremtése	Teljes odaadással fejleszteni a képességeimet
	Hatékonyan vezetnem kell minden megszerzett új szaktudást, képességet	YES Útleveél kitöltése és rendszeres frissítése http://vizualize.me/ profil	
	Hatékony kapcsolati hálózat kiépítése ezzel új lehetőségeket kreálva	Bővíteni a szakmai hálózatot	A kapcsolati hálózat építése érdekében eseményekre, konferenciákra, előadásokra járni

Ez a táblázat nagyszerű kiindulópont, és jó gyakorlat lehet. Előfordulhat, hogy a második erőforrás-linket is előnyben részesíti.

Z – Zárd ki a kudarcot – a csúcs a cél!

„A legnagyobb előnye annak, ha az ember milliomos, az nem a pénz, hanem az, hogy milyen emberré kell válnod, ahhoz hogy milliomos legyél.”

Jim Rohn

Ha tudásmunkásként a csúcsra akarsz törni, és meg akarod valósítani mindazt, amit szakmailag elképzeltél magadnak, akkor a legjobb, ha MOST belevágysz! Ne feledd, hogy az egész arról szól, hogy az agyad a legnagyobb kincsöd, és az is visz sikerre, úgyhogy kezd el beprogramozni magad a sikerre!

A Z mellékletben még több információt találsz.

Az emberi agy: tények, funkciók és anatómia

Resource

Emberi agy: tények, funkciók és anatómia

[CLICK HERE](#)

Neurotudományi betekintés: hogyan kell megtörni a rossz szokásokat

[CLICK HERE](#)