



Dit WHY

Modul 1

Kvinder med K
Anna Kristensen

Dit WHY

Stil dig selv disse 7 spørgsmål og skriv dine tanker og besvarelser ned.

Husk på, at det kun er dig, der kender svarene og at der ikke er noget rigtigt eller forkert svar.

Så snart du kender svarene på disse 7 spørgsmål, kan du begynde at pejle dig ind på, hvorfor du lige netop skal arbejde med det du allerede gør eller med noget helt andet/nyt.

Men det kan godt tage noget tid at finde ud af. Så lad være med at presse eller stresse dig selv, for det skaber blot uro i både hjerne og krop.

Du kan med fordel dele dine tanker og besvarelser med nogen af dine gamle/nuværende kollegaer, venner/veninder og familie og måske også spørge dem lidt til råds. Men vær varsom med at lytte alt for meget til deres råd. De er ikke dig og det er kun dig, der 100% kan mærke efter, hvad der er det helt rigtige for dig. Hvis jeg skulle have spurgt min mor eller veninder, indtil mange af mine jobbeslutninger, så var jeg aldrig kommet hertil, hvor jeg er i dag. Det er jo ikke fordi de ikke vil dig det bedste, men hvis de aldrig har gjort det, du gerne vil og desuden har opnået det, så kan det være svært for dem at sætte sig ind i. De vil nogle gange have nogen begrænsende overbevisninger, som kan skabe unødigt frygt og tvivl.

1. Hvad er mine interesser?

At se på, hvilke interesser du har uden for arbejdet, er en god start på at finde ud af, hvad du brænder for. Tænk over, hvad du kan lide at gøre, eventuelle hobbyer, du har, eller noget du fordyber dig i.

2. En bestemt ting jeg elsker at lave?

Er der noget du altid gør som tidsfordriv? Hvis du har noget fritid og der er en aktivitet, som du altid prøver at passe ind, så fortæller din underbevidsthed dig måske noget.

3. Hvad læser jeg omkring/ser programmer omkring?

Hvis du er læser, er der et emne, som du gerne vil læse mere om end noget andet? Hvis der er et emne, som du fanger dig selv i at læse timer om, er det måske en passion. Tænk på den type bøger, som du ikke kan lægge ned. Og helt det samme med de TV programmer som du måske ser.

5. Hvad er mine kernefærdigheder/styrker?

Nogle gange betyder det at finde sit WHY ikke at skulle genopfinde sig selv. Ofte betyder det bare, at være tro mod de styrker og færdigheder, som du allerede har.

6. Hvad gør mig glad / excited?

Hvis der er noget i dit liv, der virkelig gør dig glad og motiveret, kan du måske have fundet din passion. Hvis du bliver så begejstret for noget, at det får dig ud af sengen om morgenen, skal du ikke ignorere den fornemmelse
