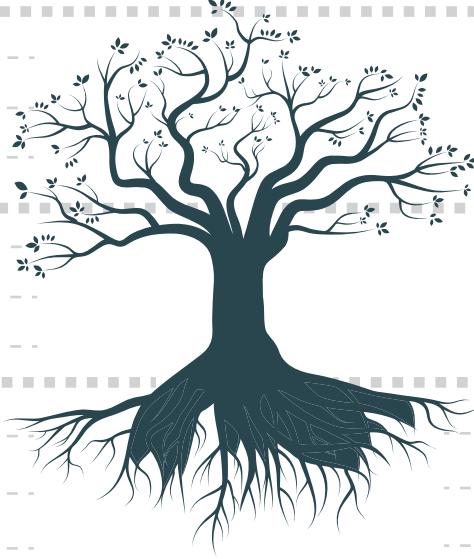


BENİM KARIYER AĞACIM



Bir ağaç olduğunuzu düşünün. Köklerinize toprağa doğru iner ve orada kalmanızı her türlü zorlukla mücadele etmenizi sağlar. Şimdi kişiliğinizin temel niteliklerini düşünün. Dürüstlük, güven, kendine yeten ya da sebatkar, duygusal ya da neşeli hangi özellikleriniz var? Kişilik özelliklerinizi düşünün. Ağacın köklerine yerleştirebileceğiniz özellikleri belirleyin ve her bir ağaç köküne bu özellikleri yazın.

Gelişimine katkı sağlayan, kariyer gelişimi sürecinde sana destek olacak kişileri düşünün. Senin için fırsat olarak kabul edilebilecek kişileri ve durumları da ağacın köklerine yazın.

Şimdi ağacın gövdesini ve dallarını düşünün. Sağlam kökler üzerine gövde ve dallar her zaman gelişmeye ve büyümeye açıktır. Kariyer gelişiminiz boyunca size destek olacak olan güçlü yönlerinizi düşünün. İletişim becerileri mi? Motivasyon mu? Azimle çalışmak mı? Güçlü yönlerinizi ağacın gövdesine ve dallarına yerleştirin.

Ağacın yapraklarını düşünün, hayatında önemli olan olaylar nelerdir? Senin beceriler kazanmanı sağlayan, güçlü yönlerinizi geliştiren olayları ve etkinlikleri yazın.

Ağacın filizlenmeye başlayan yapraklarını düşünün. Bu yapraklar sizin geliştirilmeyi bekleyen potansiyelinizi ifade ediyor. Geliştirebileceğiniz becerileri bu yapraklara yazın.

Şimdi de ağacın meyvelerini ya da çiçeklerini düşünün. Küçük ya da büyük hiç fark etmez hayatınızdaki başarıları bu meyvelere/çiçeklere yazın. Meyveler/çiçekler sizin kendinizi iyi hissetmeni sağlayan şeylerdir.

Ağacınızı tamamladığınızda genel olarak ağacınıza bakın. Sizi siz yapan özelliklerin, güçlü yönlerin ve fırsatların kariyer gelişiminde ve meslek seçiminde size yardımcı olacaktır.

Her birisini rehber öğretmeninizle değerlendirebilirsiniz. Kendiniz için bir plan yapabilirsiniz.

<http://www.doorway-to-self-esteem.com/self-esteem-exercises.html> adresinden kariyer gelişimi göz önüne alınarak uyarlanmıştır.