



**HIGGY MAGADBAN,
TERVEZD MEG
A KÖVETKEZŐ
karrier LÉPÉSEDET!**

*Karriertervező
munkafüzet* 

[erstebank.hu](https://www.erstebank.hu)



A legjobb ötletek
néha egy firkával
kezdődnek.



Higgy magadban
és ragadj **tollat!**



Üdv!

MIRŐL SZÓL EZ A FÜZET?



- Ez a karriertervezési munkafüzet abban segít, hogy tudatosan átgondold és megtervezd saját szakmai utadat.
- Strukturált kérdéseken keresztül támogat abban, hogy feltérképezd jelenlegi helyzetedet, céljaidat és fejlődési irányaidat.
- Támogat abban, hogy konkrét lépéseket határozz meg, és ezekhez céldátumokat rendelj.
- Lehetőséget ad arra, hogy saját magad kezébe vedd a karriered irányítását.
- A kérdések és válaszstruktúrák segítenek rendszerezni a gondolataidat és fókuszáltan haladni.
- Használhatod egyéni önreflexióra, vezetőddel való beszélgetéshez vagy mentorálási folyamat során.
- Ez a munkafüzet a fejlődésed eszköze – használd bátran és rendszeresen!

HIGGY MAGADBAN, HASZNÁLD BÁTRAN ÉS RENDSZERESEN!

Hogyan használd?



Ne siettesd a folyamatot

Nem kell egyszerre kitölteni az egész füzetet. Adj időt magadnak, hogy átgondold a kérdéseket — ha valamelyik kérdés most nem szólít meg, lépj tovább. Később visszatérhetsz rá — néha az is válasz, ha még nem tudod a választ.

Írj őszintén, magadnak

Ez a füzet csak rólad szól. Nem kell „szépen” fogalmazni vagy hivatalosan válaszolni. Írj úgy, ahogy gondolkodsz — őszintén, magadnak.





Teremts nyugodt környezetet

Szánj rá fél órát, kapcsolj ki mindent, készíts egy kávé vagy teát. A nyugodt környezet segít abban, hogy valóban magadra tudj figyelni.

Térj vissza hozzá időről időre

A karrierút változik. Lehet, hogy amit ma leírsz, pár hónap múlva mást jelent majd. Nézd át időnként, frissítsd, jegyezd fel, hogyan fejlődöttél.



Ünnepeld a felismeréseket

Ha kitöltés közben valami újra jössz rá / felismersz valamit magaddal kapcsolatban, jegyezd fel külön! Ezek a felismerések mutatják, hogy már úton vagy a fejlődés felé.



JELENLEGI HELYZETEM FELTÉRKÉPEZÉSE



Ebben a részben arra hívunk, hogy nézz rá őszintén a mostani munkádra, a szerepedre és arra, hogyan érzed magad benne. Ez a kiindulópont minden további lépéshez.

Mely munkafeladatokat élvezed a legjobban a jelenlegi munkakörödben?



Milyen helyzetek adnak energiát?





A grid of dots arranged in 8 rows and 20 columns. The top row of dots is missing, leaving 7 rows of dots. Each row contains 20 dots, evenly spaced.

Miben kérnek tőled a legtöbbszor segítséget a kollégáid, vezetőid?



Mely eredményeidre vagy a legbüszkébb és mit tettél ezért Te személyesen?

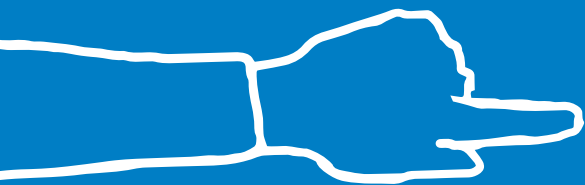




A 10x10 dot grid with a small blue notepad icon in the top-left corner.

Mely helyzetek vagy feladatok **viszik el** az energiáid?





AZ IRÁNY, AMERRE TARTOK

Ez a rész segít megfogalmazni, hogy mit szeretnél elérni, milyen munka, szerep vagy környezet tesz igazán elégedetté, és mit jelent számodra a „siker”.

Milyen lenne számodra egy ideális munkanap?



Milyen feladatokat, témákat élveznél leginkább a jövőben?

Mit jelent számodra a fejlődés a munkában?





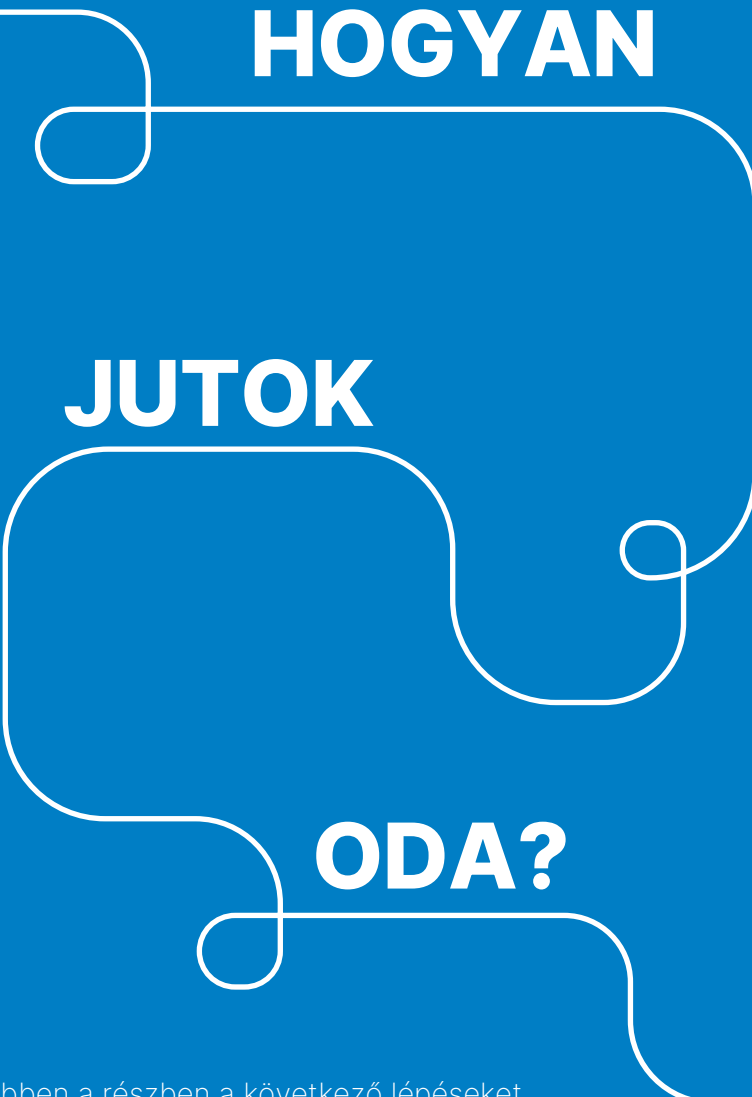
Hogyan segítenek ezek a céljaid elérésében?



Milyen időtávon reális az új készségek megszerzése?



*Milyen munkakörnyezetben érzed magad a **legjobban** (pl. csapatban dolgozva, önállóan, projektszerepben, vezetőként, stb.)?*



HOGYAN

JUTOK

ODA?

Ebben a részben a következő lépéseket és a fejlődés konkrét útját tudod megtervezni. A cél, hogy a nagy elképzelésekből megvalósítható, apró lépések szülessenek.

Melyik készséged vagy tapasztalatod visz leginkább közelebb a céljaidhoz?



Milyen új ismeretre, képességre lenne szükséged, hogy elérd a következő szintet?

Milyen tanulási lehetőségek, projektek vagy mentorok segíthetnének ebben?

Melyik három konkrét lépést tudod megtenni a következő hónapban a célod felé?

.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.

Ki tudna támogatni vagy inspirálni ezen az úton?



.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.

Miből fogod észrevenni, hogy fejlődsz?

.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.
.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.



EXTRA TIPP

Írd le az első apró lépést, amit akár már holnap meg tudsz tenni – ez segít lendületbe jönni.

.....

.....

.....

.....

.....

Még nem találtad meg a hozzád illő pozíciót?

Az aktuális nyitott pozícióinkat itt áttekintheted:

karrier.erstebank.hu



+1 szempont

VIZIBILITÁS ÉS KÖVETKEZŐ LÉPÉSEK



Végül arra hívunk,
hogy tekints ki egy kicsit,
és gondold át, hogyan
tudod mások számára is
megmutatni a haladásod.

Hogyan teszem láthatóvá a fejlődésemet?



Milyen eseményeken, kezdeményezésekben veszek részt?

Hogyan építem a kapcsolati hálótmat?



JEGYZETEIM

JEGYZETEIM
saját gondolatok



ÁLMODJ.
TERVEZZ.
LÉPJ.



HIGGY MAGADBAN



karrier.erstebank.hu