



## РАБОТЕН ЛИСТ: IKIGAI (ИКИГАЙ)

### ВЪВЕДЕНИЕ

IKIGAI идва от японски и е комбинация от две думи "iki", което означава „да живееш“ и "gai", което означава „разум“. IKIGAI описва какво ни мотивира и какво ни дава смисъл и цел в живота.

### ЦЕЛ

Целта на дейността е да се приложи подходът IKIGAI при избора на работа/кариера. Помага ви да изберете работа/професия, която да е приятна и значима за вас, но също така ще има значение за обществото и ще ви осигури достоен живот.

### СТЪПКИ

#### СТЪПКА 1: ОТГОВОРЕТЕ НА ВЪПРОСИТЕ:

Какво обичате да правите?

---

Какви са силните ви страни?

---

От какво се нуждае светът?

---

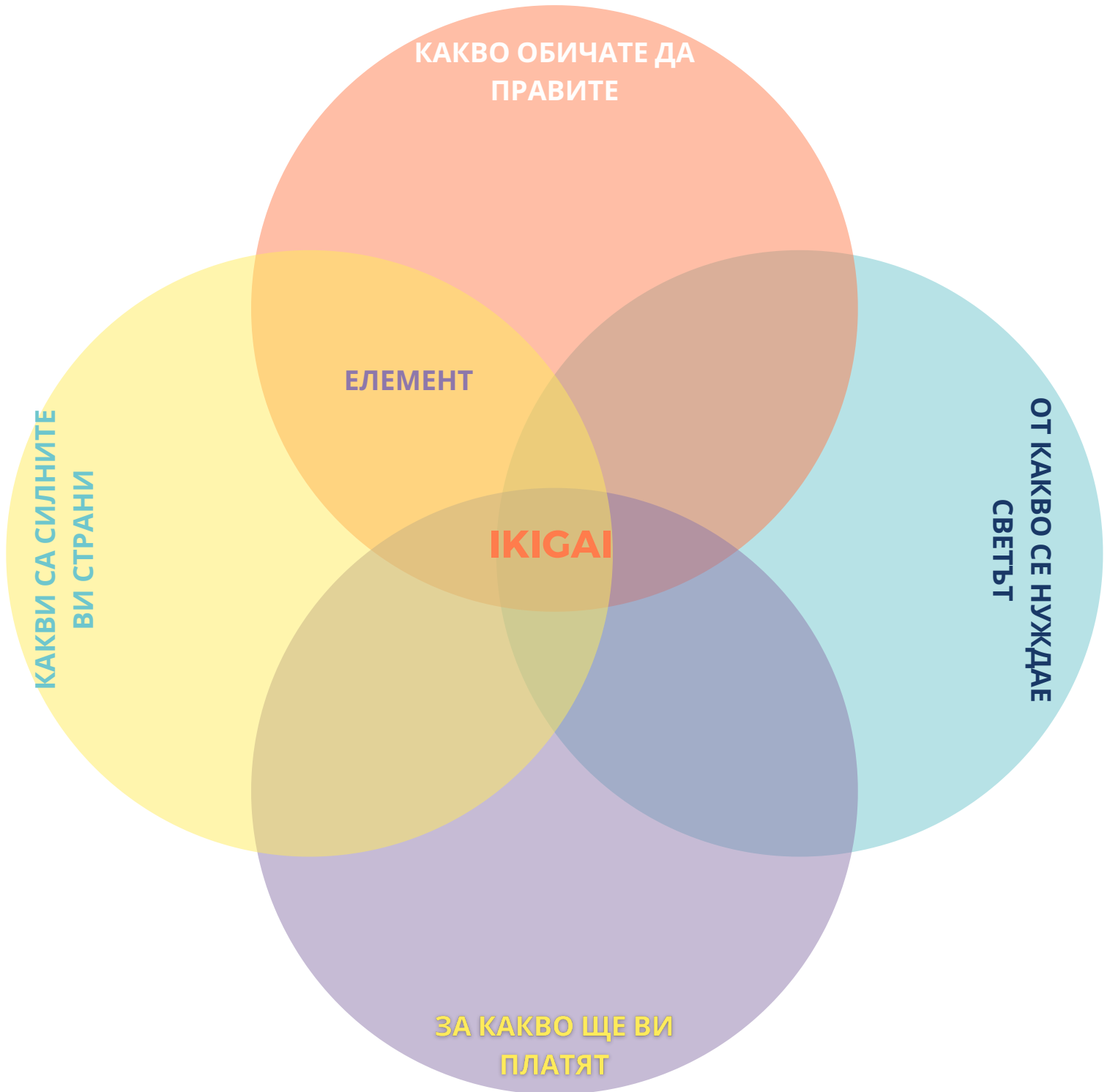
За какво ще ви платят?

---





СТЪПКА 2: ПОСТАВЕТЕ КРАТКИТЕ СИ ОТГОВОРИ В ДИАГРАМАТА





### СТЪПКА 3: ПОМИСЛЕТЕ В КАКВО СТЕ ДОБРИ

Въз основа на Диаграмата помислете за пресечната точка между това, което ви харесва да правите, и това, в което сте добри. Това е вашият „Елемент“. Бихте се радвали да имате работа, съответстваща на вашия „Елемент“. Запишете:

Кой е вашият "елемент"?

---

---

Кои професии съответстват на вашия елемент?

---

---

### СТЪПКА 4: КОМБИНИРАЙТЕ ВСИЧКО:

Въз основа на Диаграмата помислете за пресечната точка между четирите области. Това е вашият „IKIGAI“. Това е сферата, в която трябва да търсите работа, защото не само ще ви хареса, но ще бъде смислена и ще имате достойно препитание. Запишете:

Кой е вашият "IKIGAI"?

---

---

Кои професии съответстват на вашия "IKIGAI"?

---

---