

МОДУЛ 2. АЛАТКИ ЗА КОУЧИНГ



РАБОТЕН ЛИСТ 5.



Ко-финансирано од
Европска Унија





РАБОТЕН ЛИСТ 5.

Еве листа од 50 потенцијални развојни цели кои можат да ви помогнат со различни аспекти од вашиот личен и професионален развој. Заокружете ги оние што сакате да ги развиете. Фокусирајте се на неколку кои ви се најважни. Размислете што ви треба и како да ги спроведете.

1. Подобрување на комуникациските вештини
2. Учење нов странски јазик
3. Развој на вештини за управување со времето
4. Зголемување на работната ефикасност
5. Подобрување на професионалните квалификации
6. Подобро физичко здравје
7. Намалување на стресот
8. Зголемување на финансиските знаења
9. Учење програмирање
10. Развој на лидерски вештини
11. Подобрување на преговарачките вештини
12. Развој на креативноста
13. Подобрување на менталното здравје
14. Учење фотографија
15. Развој на мрежа на професионални контакти
16. Подобрување на вашите вештини за пишување
17. Зголемување на знаењето за здравата исхрана
18. Патување во нова земја
19. Учење на музички инструмент
20. Зголемување на аналитичките вештини



22. Развој на вештини за јавно говорење
23. Зголемување на еколошката свест
24. Готвење здрави оброци
25. Подобрување на вештините за продажба
26. Зголемување на емпатијата
27. Управување со проекти
28. Подобрување на организациските вештини
29. Зголемување на знаењето за дигитален маркетинг
30. Подобрување на физичкото здравје
31. Учење техники за медитација и релаксација
32. Развој на вештини за тимска работа
33. Зголемена самодоверба
34. Креирање веб-страници
35. Подобрување на интерперсоналните вештини
36. Зголемување на вашите лични финансиски вештини
37. Учење на основите на психологијата
38. Зголемување на културната свест
39. Развој на менторски вештини
40. Учење за управување со кризи
41. Подобрување на преговарачките вештини
42. Зголемување на вашите вештини за креативно пишување
43. Подобрување на презентационските вештини
44. Анализа на податоци за учење
45. Зголемување на вештините за управување со промени
46. Подобрување на вештините за градење односи
47. Учење графички дизајн
48. Зголемување на знаењето за инвестирање



- 49. Подобрување на вештините за слушање
- 50. Развој на вештини за решавање проблеми

Моите цели и како да ги постигнам:

A large rectangular area defined by a dashed teal border, intended for writing goals. In the bottom right corner of this area, there is a teal line-art icon of a path. The path starts with a circle containing a right-pointing arrow, moves right, then curves down and right, then up and right, then down and right, and finally ends at a target symbol (a circle with a bullseye).