




BUSSOLA INTERIORE

Scopri il tuo livello di autenticità lavorativa in 5 minuti

Prima di iniziare l'esercizio, ti consiglio di leggere l'articolo di approfondimento  <https://www.ventinovezerodue.it/oltre-il-mito-della-passione-costruire-una-carriera-autenticamente-allineata/>

COME USARE QUESTO STRUMENTO

Dedica 5-10 minuti a questo semplice esercizio.

Non esistono risposte giuste o sbagliate, solo le tue risposte personali.

Ti suggerisco di ripetere questo esercizio dopo 6 mesi per osservare i cambiamenti nel tuo percorso di autenticità.

TUOI PUNTI DI FORZA

Cerchia le 3 attività in cui ti senti più bravo/a:

- Comunicare con gli altri
- Risolvere problemi pratici
- Organizzare informazioni o eventi
- Creare o inventare cose nuove
- Analizzare dati o situazioni
- Aiutare e supportare le persone
- Negoziare o persuadere
- Altro: _____

Quando ti senti più "te stesso/a" al lavoro? (Descrivi brevemente)

Come potresti usare di più queste attività nella tua vita lavorativa?

★ TUOI VALORI LAVORATIVI

Scegli i 3 aspetti più importanti per te:

- Sentirmi libero/a di decidere come lavorare
- Aiutare gli altri con il mio lavoro
- Guadagnare bene
- Avere sicurezza e stabilità
- Imparare cose nuove
- Essere riconosciuto/a per i miei risultati
- Lavorare in un ambiente piacevole
- Poter essere creativo/a
- Bilanciare lavoro e vita privata

★ IL TUO ATTUALE LAVORO

Rispondi con un numero da 1 a 5:

(1 = per niente, 5 = moltissimo)

Quanto il tuo lavoro ti permette di usare i tuoi punti di forza?

Quanto il tuo lavoro rispetta i tuoi valori principali?

Quanto ti senti apprezzato/a per ciò che fai?


Quanto ti senti libero/a di esprimerti come persona?

Quanto il tuo contributo viene riconosciuto (con stipendio, gratificazioni, ecc.)?


★ LA TUA MAPPA DELL'AUTENTICITÀ

Somma i punteggi della sezione precedente: _____

- Da **21 a 25**: 🌟 **Alta autenticità** -- *Continua a coltivare ciò che ti fa sentire allineato/a. **Suggerimenti:** Diventa mentore per altri, proponi progetti innovativi che valorizzino le tue capacità, identifica aree di ulteriore crescita personale.*
- Da **16 a 20**: 👍 **Buona autenticità** -- *Hai una buona base: puoi consolidarla con piccole scelte consapevoli. **Suggerimenti:** Richiedi più responsabilità nelle aree che ti appassionano, comunica apertamente i tuoi successi, crea alleanze con colleghi che condividono i tuoi valori.*

- Da 11 a 15:  **Autenticità moderata** -- C'è spazio per allinearti di più a ciò che sei davvero.

Suggerimenti: Identifica le situazioni specifiche di disallineamento, proponi piccoli cambiamenti al tuo responsabile, dedica tempo settimanale a progetti personali significativi.

- Da 5 a 10:  **Bassa autenticità** -- È il momento di ascoltarti e valutare dei cambiamenti.

Suggerimenti: Rifletti sulle cause profonde del disallineamento, considera un confronto professionale con il tuo responsabile, esplora possibilità di ricollocamento o percorsi di crescita alternativi.

Un piccolo passo da fare subito:

Pensa a un piccolo cambiamento che potresti introdurre nel tuo lavoro per aumentare la tua autenticità. Scrivilo qui:

★ RIFLESSIONE FINALE ★

Il vero successo professionale non è avere il controllo totale sulla tua carriera, ma trovare armonia tra **chi sei** e **ciò che fai**.

Qual è per te il vero successo professionale?

Vuoi condividere con me la tua riflessione?

Puoi inviarmi la tua mappa all'indirizzo mail simonapera@ventinovezerodue.it

A volte basta un primo passo per iniziare un percorso più autentico.
