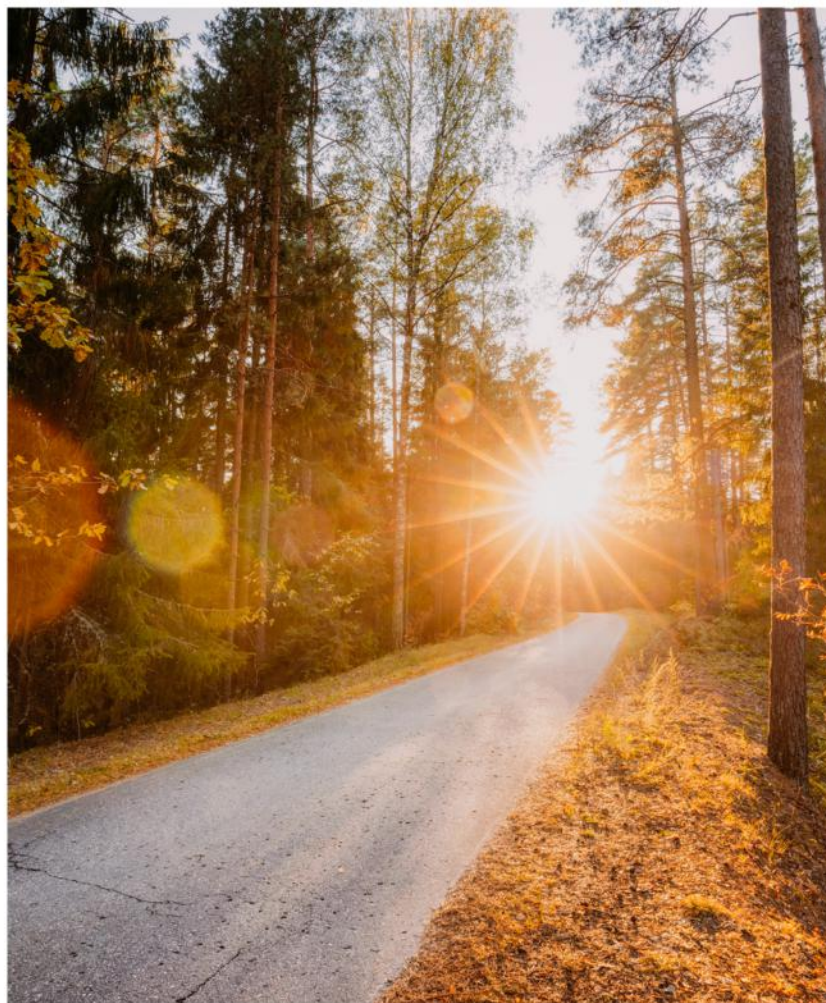




„EZ AZ ÉN UTAM,,

ÖNISMERETI MUNKAFÜZET
NŐKNEK, AKIK OTTHONRÓL
SZERETNÉNEK DOLGOZNI, DE
NEM TUDJÁK, MERRE
INDULJANAK



Üdvözöllek VIVI VAGYOK

A „VA leszek” mentorprogram és az Újrakezdők Közössége alapítója, Virtuális asszisztens és Virtuális Karrierépítő mentor.

Az elmúlt időszakban több nőt kísértem végig azon az úton, amikor egy megbecsülést nélkülöző, kiszámíthatatlan munkakörnyezetből végre önazonos, otthonról végezhető karrierbe kezdtek.

Én magam is kétgyermekes anyaként vágtam bele ebbe a váltásba – pontosan tudom, milyen nehéz úgy dönteni, hogy közben félsz a visszatéréstől, nincs időd tanulni, és nem tudod, miben vagy igazán jó.

Ez a munkafüzet azért készült, hogy támogassalak a felismerésben:

- ♦ van kiút a mókuserékből,
- ♦ az otthonról végezhető, értelmes munka nem álom,
- ♦ és nem kell ehhez sem eladnod, sem programoznod – csak légy önmagad.

Hiszek abban, hogy a változáshoz nem tökéletesség kell, hanem egy jó sorvezető és egy segítő kéz.

Ezen az úton én tudok lenni az, aki melletted áll – ha úgy döntesz, hogy végre magadért is lépsz egyet.

Szeretettel,
Pozsonyiné Gonda Vivien
Virtuális Karrierépítő Mentor

○ 1

MIÉRT FÁJ MOST? MI NEM
MŰKÖDIK?

○ 2

MILYEN ÉLETET SZERETNÉL?

○ 3

MIBEN VAGY JÓ VALÓJÁBAN?

○ 4

MIÉRT MOST? MIÉRT TE?

○ 5

MI AZ ELSŐ APRÓ LÉPÉSED?

○ 6

NEKEM VALÓ EZ A VA-KARRIER?

A TARTALOMBÓL



BEVEZETŐ

Képzeld el, hogy reggel nyugodtan indul a napod. Nem rohansz, nem kell magyarázkodnod senkinek. Dolgozol, alkotsz, segítesz – és közben jelen vagy a családotod életében is.

Ez a munkafüzet segít neked abban, hogy megfogalmazd: miben vagy jó, mire vágysz igazán, és hogyan tudnál végre úgy dolgozni, hogy megbecsülnek.

Ne aggódj, most még nem kell mindent tudnod – csak elindulnod.





I. RÉSZ – MIÉRT FÁJ MOST? MI NEM MŰKÖDIK?

- Mi az, ami a jelenlegi munkádban/életedben leginkább nyomaszt?
 - Mikor érezted utoljára, hogy valóban értékelnek?
 - Mit vinnél tovább a régi munkahelyedből, és mit hagynál ott szívesen örökre?
- 
- 



2. RÉSZ – MILYEN ÉLETET SZERETNÉL?

- Milyen lenne egy számodra ideális munkanap?
- Milyen feladatokat csinálnál szívesen nap mint nap?
- Milyen elismerés, megbecsülés esne jól neked?





3. RÉSZ – MIBEN VAGY JÓ VALÓJÁBAN?

- Írj le 3 dolgot, amiben mások már megdicsérték.
 - Milyen dolgokban segítenek tőled gyakran tanácsot?
 - Miben veszted el az időérzéked, amikor csinálod?
- 
- 



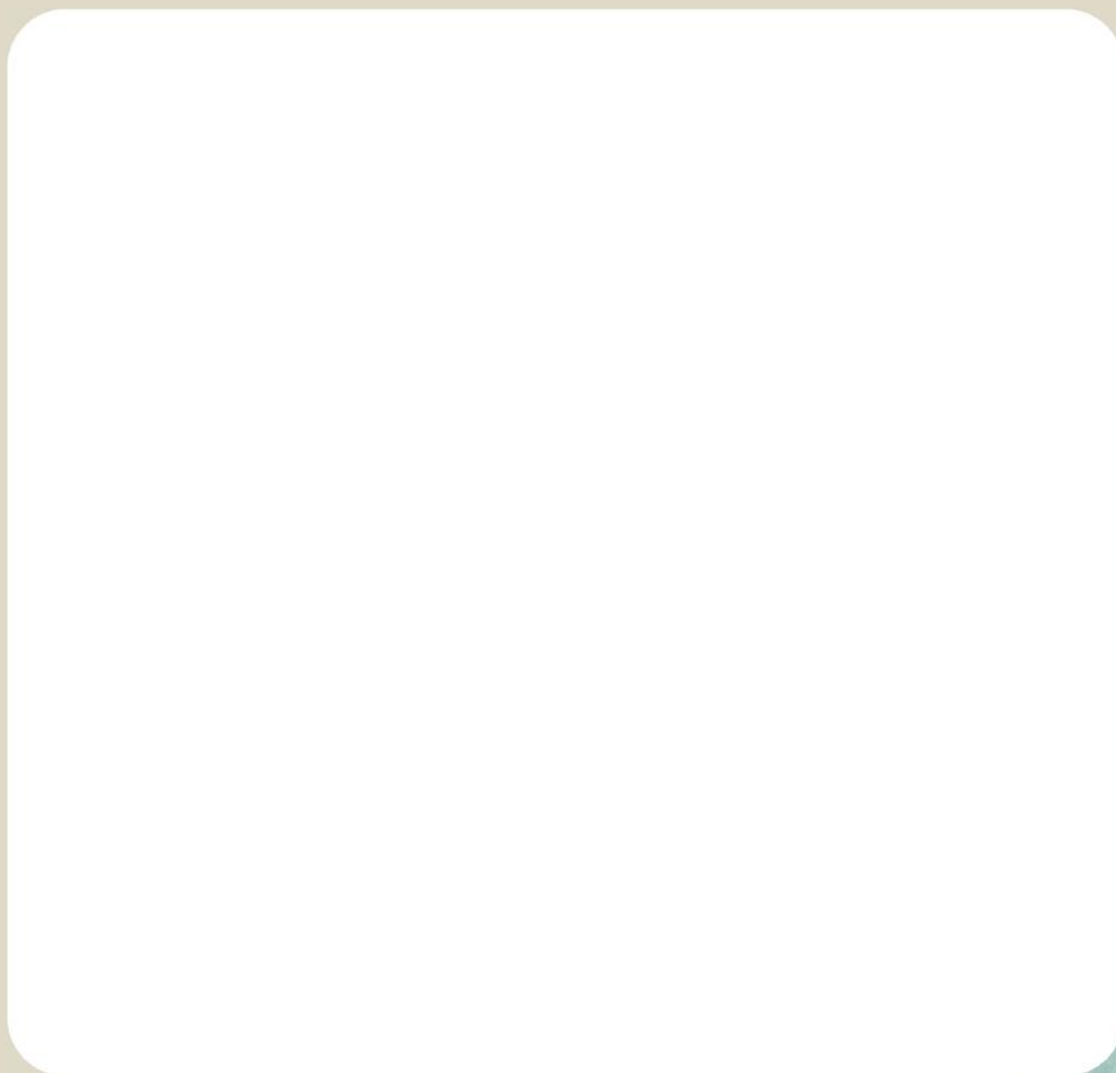
4. RÉSZ – MIÉRT MOST? MIÉRT TE?

- Mi tartott eddig vissza?
 - Mi lenne a legrosszabb, ha elindulnál... és mi a legjobb, ami történhet?
 - Mi lenne, ha nem egyedül kéne végig menned ezen az úton?
- 
- 



5. RÉSZ – MI AZ ELSŐ APRÓ LÉPÉSED?

- Mit tudnál megtenni ma, 10 perc alatt, ami közelebb visz a vágyott életedhez?
- Kitől kérhetnél segítséget?
- Milyen érzés lenne végre elindulni?



6. RÉSZ – NEKEM VALÓ EZ A VA-KARRIER?

Gondolkodj el ezeken a kérdéseken:

- Szeretsz másoknak segíteni és megszerezni a dolgokat?
- El tudnád képzelni, hogy akár e-mailt kezelsz, ügyfelekkel egyeztetsz, vagy posztokat időzítesz – otthonról?
- Jó érzés, amikor hasznosnak érezheted magad egy csapatban – akkor is, ha nem vagy jelen személyesen?
- Jobban szeretsz háttérből támogatni, mint nyomulni vagy eladni?

Ha ezek közül akár két kérdésre is igennel válaszoltál, akkor a VA szakma nemcsak lehetőség, hanem logikus következő lépés számodra.



Gratulálok, ha idáig eljutottál – ez már egy lépés magad felé.
Most már nemcsak érzed, hogy váltanod kell, hanem látod is,
merre indulhatsz el.

És ami a legjobb: nem kell egyedül végig menned ezen az úton.

Azért hoztam létre a Zárt csoportomat, hogy:

- ne csak inspirációt kapj, hanem lépésről lépésre követhető segítséggel indulhass el az úton
- sablonokat-, példákat-, biztonságot kaphass
- építhessek egy olyan közösséget, ahol nem ciki kérdezni – sőt, ott vagyok veled minden lépésnél

👉 Szeretnél végre biztosan elindulni? Akkor csatlakozz a zárt Támogató csoporthoz és figyeld az e-mailjeid!

Vivi A TE Asszisztensed-Újrakezdők
Támogató Közössége