

IKIGAI BEVEZETÉS

“TALÁLD MEG ÖNMAGAD
5 NAP AZ IKIGAI FELÉ”

ikigai

*Step by Step
Akadémia*

"Találd Meg Önmagad 5 Nap az Ikigai Felé"

Célunk

Segíteni a kezdő lépések megtételében – érthetően, szeretettel, konkrét kérdésekkel, mini feladatokkal.

A végén aha-élményekre épülő motivációval.



Step by Step Akadémia

"Találd Meg Önmagad 5 Nap az Ikigai Felé"

Ez a munkafüzet egy
önismereti útmutató, amely
a japán **Ikigai** filozófiáját
használja arra, hogy
segítsen megtalálni az
életed értelmét és célját. Az
"Ikigai" szó jelentése: az élet
értelme, amiért érdemes
reggel felkelni.



Step by Step Akadémia

Alapgondolat

Az Ikigai négy fő terület
metszéspontja:

1. Amit szeretsz csinálni
2. Amiben jó vagy
3. Amiért megfizetnek
4. Amire a világnak
szüksége van

A munkafüzet célja, hogy
ezeknek a kérdéseknek az
átgondolásával és
megválaszolásával felfedezd
az Ikigai-dat.



Step by Step Akadémia

Felépítés és Tartalom

Bevezetés:

Bemutatja az Ikigai filozófiáját és a célját.

- Gyakorlatok:
 - Mit szeretsz csinálni?
 - Miben vagy jó?
 - Miért fizetnek meg?
 - Mire van szüksége a világnak?

Step by Step Akadémia



Felépítés és Tartalom

Önreflexiós kérdések:

Mi inspirál, mit csinálnál, ha nem számítana a pénz, vagy ha tudnád, hogy nem buksz el.

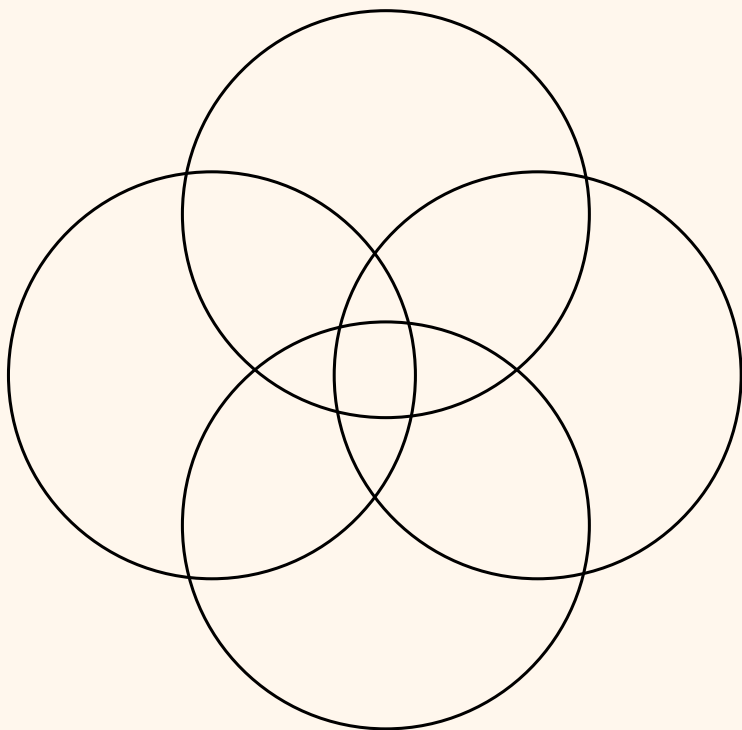
Ezen kérdések megválaszolásával felfedezd az Ikigai-dat.



Step by Step Akadémia

IKIGAI Ábra kitöltése

Segít vizualizálni a
válaszokat.

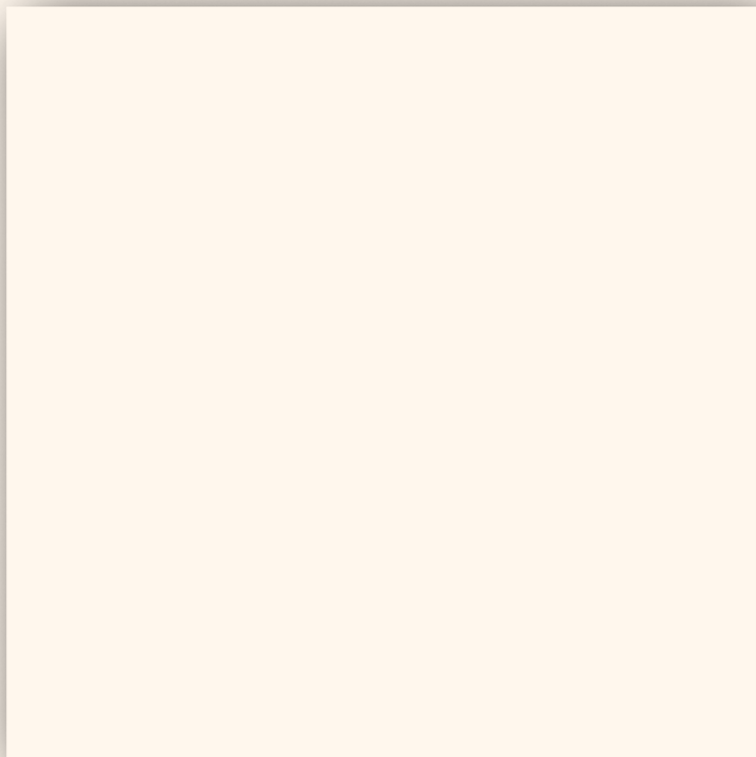


Step by Step Akadémia



Záró gyakorlatok

Összegzés, célkitűzés,
hosszú távú vízió



Step by Step Akadémia

Útmutatás az Ikigai megvalósításához

Az utolsó fejezet 5 lépésben
segít elindulni:

- 1. Kezdd kicsiben**
- 2. Fogalmazz meg
konkrét célokat**
 - 1. Maradj kíváncsi**
 - 2. Keress hasonló
gondolkodású
embereket**
- 5. Tartsd szem előtt a
hosszú távú víziódat**

Step by Step Akadémia



Összegzés

Ez a füzet nem csupán inspirációt nyújt, hanem egy praktikus eszközt ad a kezvedbe az önismerethez és az életed tudatosabb alakításához.

Szuper választás, ha elakadtál, változásra vágysz, vagy egyszerűen csak jobban meg szeretnéd érteni önmagad.

Step by Step Akadémia



Jogi nyilatkozat és felhasználási feltételek

Tulajdonjog és szerzői jogi védelem

1. Szellemi tulajdon

- Az E-bookban / E-könyvben elérhető minden tartalom – ideértve, de nem kizárólag a szöveges, képi, videós, hanganyagok, grafikai elemek, logók, márkajelzések – a Szolgáltató szellemi tulajdonát képezi.
- A digitális termékek a 1999. évi LXXVI. törvény (Sztj.) hatálya alá tartozó szerzői jogi védelem alatt állnak.

2. Felhasználási jog korlátozása

- A Vásárló a megvásárolt digitális termékeket kizárólag saját, személyes használatára jogosult felhasználni.
- A Vásárló semmilyen formában nem jogosult a tartalmakat átdolgozni, sokszorosítani, nyilvánosságra hozni, közzétenni, továbbértékesíteni vagy terjeszteni harmadik személy részére.
- Tilos a hozzáférési adatok (felhasználónév, jelszó, belépési link) megosztása vagy egyéb módon való hozzáférhetővé tétele harmadik fél számára.

3. Jogkövetkezmények

- A szerzői jogok megsértése, az engedély nélküli felhasználás, másolás, terjesztés vagy a jogtalan hozzáférés biztosítása jogi eljárást von maga után.
- A Szolgáltató jogosult a szerzői jogok megsértése miatt kártérítési igényvel fellépni.

Step by Step Akadémia

