Your Story

Привет!

- Женя, 21
- 2 года в AIESEC
- Армения

ПОЧЕМУ ВАЖНО ДЕЛИТЬСЯ ИСТОРИЯМИ?

AIESEC создает новые истории каждый день

ПОЧЕМУ ВАЖНО ДЕЛИТЬСЯ ИСТОРИЕЙ СВОЕЙ СТАЖИРОВКИ?

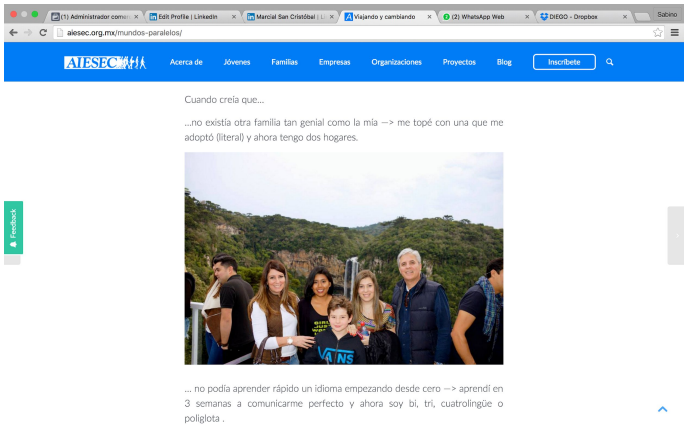
реальные события

твоя личная точка зрения

покажи своим примером, что это возможно!

КАК Я МОГУ ПОДЕЛИТЬСЯ СВОЕЙ ИСТОРИЕЙ?

Текст



Видео

Фото

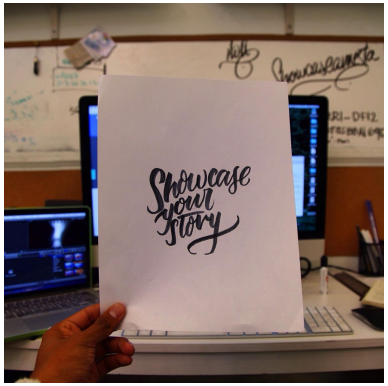
Рекомендации

Записывай свои мысли

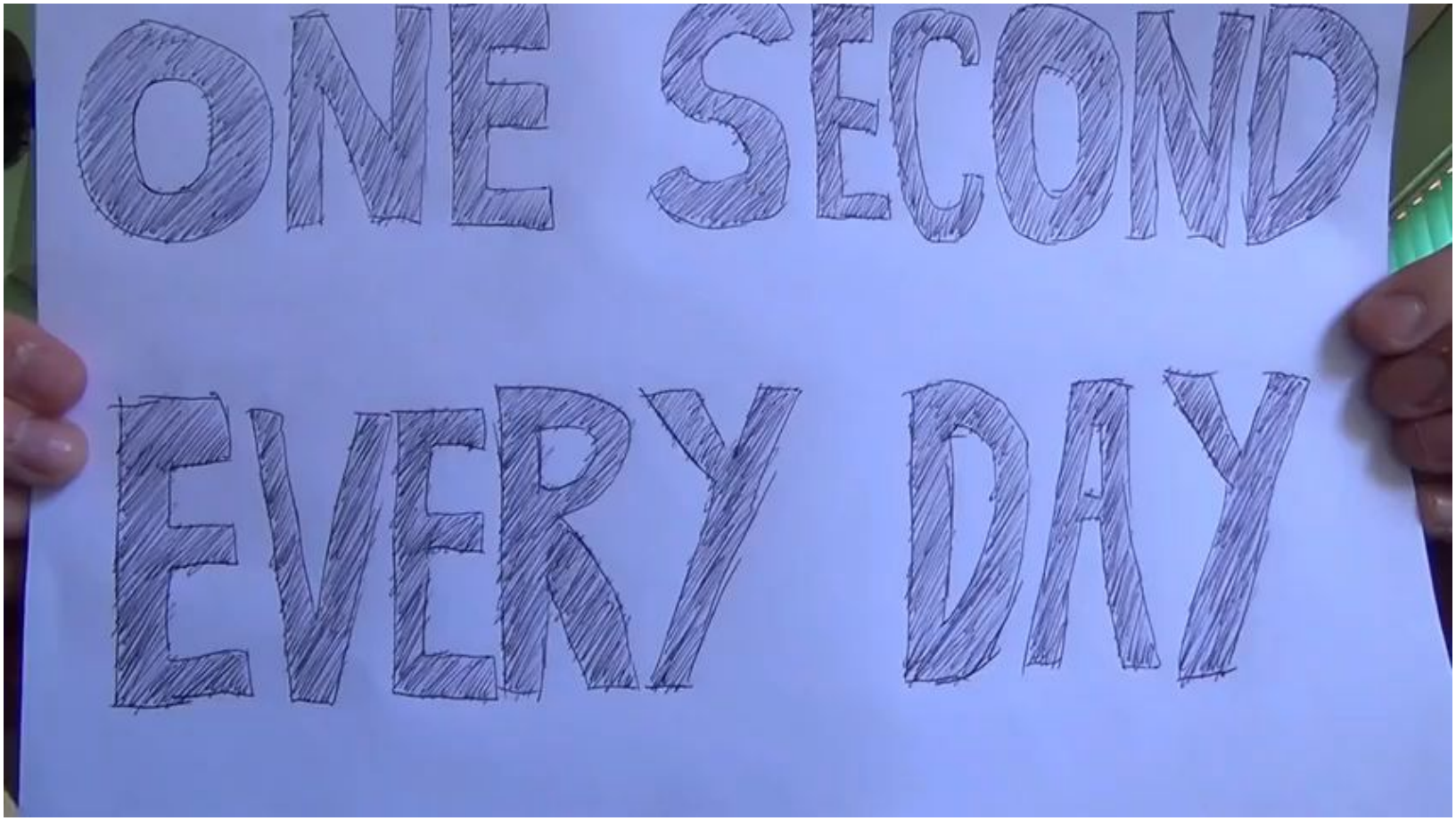
Больше фото!

Больше красивых фото! ☺️

Обращай внимание на детали



Снимай видео на стажировке



А как ты расскажешь свою историю?

Сделай себе вызов, поставь цель на:

- # фото в неделю
- # записей в блокноте
- # снятых видео

не забывай про хэштеги!

#MyStoryWith(Country)
#AIESECinRussia

Осознание и постановка личных целей

Чем мечта отличается от цели?

Конкретика
Чёткие постановки сроков и ожиданий

Результат
В отличие от мечты цель всегда имеет конкретное конечное состояние

Мотивация
Цель достигается конкретным человеком, что заставляет его выходить из своей зоны комфорта и действовать

Хорошо сформулированный результат

Шаг 1
Позитивная формулировка результата

Шаг 2
Зависимость достижения

Шаг 3
Сенсорное доказательство

Шаг 4
Подходящий контекст

Шаг 5
Конкретизация

Шаг 6
Препятствия

Шаг 7
Ресурсы

Шаг 8
Экология

Шаг 9
Первый шаг

Цель

- Задача
  - Подзадача

Зачем я еду на стажировку?

- Каким я вижу себя через 5 лет? Какова моя роль в нём? Как AIESEC может мне в этом помочь?
- Что я хочу изменить в этом мире?
- Какой опыт я хочу получить ?
- Какие новые эмоции я хочу ощутить ??
- Какие навыки мне нужно приобрести?
- Каких людей я хочу видеть в своем окружении/кругу общения?

Письмо в будущее

Счастливого пути!