|  |  |
| --- | --- |
| **Elem tartalma: Világ hivatás teszt** | Kategória: egyéb |
| Szerző(k): Dr. Farkas LászlóJelöld be a szerkesztő(k) opciót! (lenyíló lista)  | Esemény: Találkozó |
| Kapcsolódó téma: Megszentelt élet | Kapcsolódó előadás: Megszentelt élet |
| Régió: Összrégió | Település: Vác | Időpont: 2015.04. |

Kapcsolódó anyagok:

2015\_04\_megszentelt\_elet\_foeloadas\_ossz\_talalkozo

2015\_04\_megszentelt\_elet\_mi\_a\_hivatasgondozas\_egyeb\_ossz\_talalkozo

2015\_04\_megszentelt\_elet\_vilag\_hivatas\_teszt\_egyeb\_ossz\_talalkozo

Törzsanyag:

A kérdőív célja, hogy azt segítsen eldönteni, milyen hivatástípus felel meg leginkább az Ön személyiségének, érdeklődésének, hajlamainak, vonzódásainak.

Olvassa el a következő állításokat és azt döntse el, hogy általában igazak vagy sem Önre nézve. Ne gondolkodjon sokat, hallgasson az első megérzéseire! Karikázza be a megfelelő (igaz vagy nem igaz) oszlopban megtalálható betűjelet) A kitöltésnél ne törődjön azzal, hogy ez váltakozva, hol „a”, hol „b”, hol „c”, csak az oszlopra figyeljen!

 IGAZ NEM IGAZ

1. Mielőtt döntök valamiben, mindig figyelembe veszem mások a c

véleményét

1. Szeretek számadatokkal, statisztikákkal dolgozni c a
2. Mindig segítek a munkatársamnak, ha családi problémákkal a c

küszködik

1. Gyakran elfelejtem, hogy hová raktam a dolgaimat b c
2. Nagyon nehezen tudom csak elérni, hogy mások megértsék c b

 az én álláspontomat

1. A személyes sértéseket nem szoktam komolyan venni c a
2. Gyakran szorongok új helyzetben, új társaságban c b
3. Szeretek másoknak az eredményeimről, sikereimről beszélni c a **I. oszlop**
4. Untatnak a hétköznapi feladatok b c
5. Ha részt veszek egy versenyen számomra nagyon fontos c a

a győzelem

1. Engem könnyen meggyőz a többség véleménye c b
2. Ha tehetem, a dolgokat először a magam módján igyekszem c a

elvégezni

1. Számomra rendkívül fontos a munkámban a siker b c
2. Szeretem a nagy fizikai vagy szellemi erőfeszítést igénylő b c

feladatokat

1. Gyakran foglakozom a saját érzéseimmel a c
2. Ha valaki felidegesít, ezt meg szoktam mondani az illetőnek c b
3. Szeretem a dolgokat rendben tartani a c
4. A legtöbb dologról gyorsan le szoktam vonni a következtetést c a
5. A megszokott hagyományos megoldások a legjobbak a c
6. Más emberek problémái engem nem érdekelnek b c
7. Ritkán vonom kétségbe, amit mások mondanak c b
8. Nem mindig készülök el a feladataimmal határidőre c a
9. Szinte minden társaságban könnyen feltalálom, és jól érzem c b

 magam

1. Mielőtt bármibe belefogok, szeretem előre tudni a várható a c **II. oszlop**

 eredményt

1. Szeretek sietősen, szoros határidővel dolgozni, „hajtani” b c
2. Élvezem az új feladatok kihívásait c a
3. Érveim rendszerint meggyőzik az embereket c b
4. A részletek ellenőrzése nem tartozik az erősségeim közé c a
5. Számomra a tiszta és világos gondolkodás nagyon fontos b c
6. Mások társaságában csak nehezen tudom magam jól kifejezni b c
7. Mindig igyekszem befejezni azt, amit elkezdtem a c
8. A természet szépsége gyakran egészen elbűvöl c b
9. Szívesen lennék tévébemondó a c
10. Néha nehezemre esik pontosan megfogalmazni amire gondolok c a
11. Azt hiszem jó történeteket, novellákat tudnék írni a c
12. Új divatötletekhez, ruhákhoz szívesen készítenék vázlatokat b c
13. Elég keveset tudok általában a művészetekről c b
14. Jobban szeretek kézimunkázni vagy barkácsolni, mint olvasni c a
15. Nem szoktam különösebben megfigyelni a ruhák szabását c b
16. Szeretem mások véleményét velük megvitatni a c **III. oszlop**
17. Tele vagyok megvalósításra váró ötletekkel b c
18. A regényeket, novellákat meglehetősen unalmasnak találom c a
19. Nem, vagyok valami találékony ember c b
20. Hétköznapi, gyakorlati „földhözragadt” módon gondolkodom c a
21. Szívesen kiállítanám saját rajzaimat vagy az általam készített b c

fényképeket nyilvánosan

1. Szívesen terveznék valami látványos, szép dolgot b c
2. Vonzanak az idegen nyelvek, szívesen fordítok a c
3. A szokatlan, különc emberek kifejezetten idegesítenek c b
4. Hamar megtalálom mások érveiben a hibákat a c
5. Szinte mindig ösztönösen, fontolgatás nélkül döntök c a
6. Új ötletek kigondolása nekem könnyen szokott menni a c
7. Mások meggyőzéséhez nincs igazán tehetségem b c
8. Szeretem a dolgokat előre megszervezni c b
9. Az elvont gondolkodás segít megoldani a problémákat c a
10. Dolgok kijavítása, javítgatása nem tartozik az erősségeim közé c b
11. Élvezetes olyan lehetőségekről beszélgetni, amelyek a c **IV. oszlop**

talán soha nem fognak megvalósulni

1. Engem soha nem sértenek mások megjegyzései b c
2. A dolgokat intuícióval (megérzéssel) és saját c a

 érzéseim alapján igyekszem megoldani

1. Nem mindig csinálok végig mindent, amibe belefogok c b
2. Nem törekszem az érzéseimet elleplezni, eltitkolni c a
3. A gyakorlati problémákra általában könnyen találok megoldást b c
4. A megszokott módszerek rendszerint a legjobb módszerek b c
5. A függetlenség számomra rendkívül fontos a c
6. Szeretek klasszikus irodalmat olvasni c b

*Értékelés:*

 A „c” válaszok nem jelentenek semmit, azokat hagyja figyelmen kívül. Töltse ki a következő táblázatot:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | I. oszlop | II.. oszlop | III. oszlop | IV. oszlop |
| Állítások sorszáma | 1-16 | 17-32 | 33-48 | 49-64 |
| „a” válaszok száma |  |  |  |  |
| „b” válaszok száma |  |  |  |  |
| „a” és „b” válaszok összege |  |  |  |  |

Először minden oszlopban nézzük meg az „a” és a „b” válaszok összegét! Ha ez 0-4 pont között van, akkor az adott tevékenységhez kötődő hivatások nem Önnek valók. Ha 5-12 pontja van, az átlagos eredmény, valószínűleg az adott területen jól boldogul, de sosem válik igazi szenvedélyévé. Ha 13-16 pontja van akkor ez a terület kifejezetten Önnek való

 Az *I. oszlop* az *Emberek*hez kapcsolódó foglalkozásokat jelenti. Ha az „a” válasz több, mint a „b” válasz, akkor Önt az emberekkel törődés vonzza, mint például az egészségügy vagy a társadalmi segítő hivatások, esetleg a pedagógus pálya. Ha a „b” válaszok száma több akkor viszont inkább befolyásolni szeretné az embereket, mit segíteni, oktatni, vagy gyógyítani, így a kereskedőként, az üzletemberként, menedzserként, bankárként, reklámszakemberként esetleg rendőrként vagy hivatásos katonaként is jól boldogulhat.

 A *II. oszlop* a *Rendszerek és folyamatok*. Ha az „a” válasza több akkor Ön a szavak embere, így Önnek való a könyvtárosi, titkár(nő)i, adminisztrátori, ügyvédi, hivatalnoki pálya, és bármi olyan, ahol elsősorban szervezni kell. Ha a „b” válasza a több, akkor a tények és a (számszerű) adatok vonzzák igazán. Bankár, közgazdász, könyvelő, illetve a számítógéppel kapcsolatos hivatások illenek Önhöz.

 A *III. oszlop* a *Kommunikáció és a művészetek*. Ha az „a” válasza több akkor a kifejezés, közlés készsége az erőssége Önnek. Ez a sajtó, a nyelvek, az irodalom világa. Ha a „b” válaszok száma magasabb ez inkább a tervezés, a látvány készségére utal, mint például az építész, divat, jelmez, díszlet tervezés, fényképészet, grafika stb.

 A *IV. oszlop* a *Tudomány és technika*. Ha az „a” válasza több, akkor inkább elméleti ha a „b” válaszok száma több akkor inkább gyakorlati beállítódás jellemzi. Az első inkább a tudományos, kutató munkának, a másik az alkalmazott például mérnöki munkának felel meg (Bánki, Flamm, 1992). Http://www.hivatasrscj.blogspot.hu/2015/04/a-donteshozatal-tiz-alaptetele-4.html

6. A döntéshozatal tíz alaptétele (forrás: *Stefan Kiechle: Hogyan döntsek? L'Harmattan-Sapientia 2011, 81-83)*

Szeretnénk összefoglalni és kicsit kiegészíteni mindazt, amit eddig végiggondoltunk. E tíz pont segítségével döntéshelyzetben megvizsgálható, hogy hol vannak valakinek az erősségei, illetve a gyengéi, hogy az előbbieket erősíthesse, az utóbbiakkal szembesüljön, és szükség esetén segítséget kérjen.

**1.** **Vedd olyannak a valóságot, amilyen!** Figyelj a konkrétumokra és az apróságokra!

Minden döntésünk részben rábiccentés már kész tényekre. Fel kell ismernünk és értékelnünk kell azt, ami van: az engedelmesség egyik első és legfontosabb formája ez a „valóságnak való engedelmesség”. A fiatalok gyakran élnek inkább eszmények közt, mint a valóságban. És bár az eszmények fontosak és helyesek, a fiataloknak ütköztető, leleményes és termékeny kapcsolatba kellene hozniuk azokat a valósággal. Az idősebb emberek épp ellenkezőleg gyakran a megszépített vagy épp befeketített múltban élnek. Nekik tehát az lenne a feladatuk, hogy a múltat kapcsolják termékenyen a jelenhez. Mindkettőhöz gyakorlat szükségeltetik.

A képeket, fantáziálásokat, álmokat, érzelmeket, gondolatokat újra meg újra relativizálni kell, azaz a valósághoz igazítani. A rendszeres esti visszatekintés segíthet abban, hogy a valóságot jobban, azaz őszintébben, józanabbul, alázatosabban és szeretetteljesebben fogadjuk el, és segítségünkre.

Lehet abban is, hogy őszintén és elkötelezetten igent mondjunk a valóságra úgy, ahogy van (vagyis nem csak arra, hogy milyen volt, vagy, hogy én milyennek szeretném látni). Aki a kis és hétköznapi dolgok terén megtanulja, hogy figyelmes és hűséges legyen, az ilyen lesz a nagyobb és fontosabb összefüggésekben is.

**2.** **Alakíts ki jó belső időérzéket: ne kapkodj, de ne is vacakolj!** Ügyesen viszonyulj mind a külső siettetéshez, mind az elhúzódó dolgokhoz! Döntési folyamatodat oszd szakaszokra, és ezekhez rendelj elegendő időt!

Az okos és jó élet egyik kulcskérdése a helyes időgazdálkodás, hiszen a léleknek megvan a maga ritmusa, amelyre szüksége is van. Amennyiben ugyanis nem követheti ritmusát, elkezd hibázni, a döntések terén is. Ha rossz időbeosztással vagy valami mással csapdahelyzetet teremtettünk, akkor okosan mérjük fel a szituációt, és finoman, de határozottan kezdjünk „ellenkormányozni”. A döntés során figyeljünk arra, hogy a döntés előtt, alatt és után is jó, vígaszteli alapérzésnek kell uralkodnia bennünk. Hirtelen belátások jól jöhetnek, de ezeknek a hétköznapokban is igazolódniuk kell a vigasz és a béke érzése révén. A szalmaláng-lelkesedés akkor rossz, ha elmúltával frusztráltság vagy kedvetlenség tör ránk. Döntéshozatalunk egyes lépéseit érdemes megterveznünk és időpontokhoz is rögzítenünk, ha nem is túl mereven.

**3.** **Ötleteidet oszd meg kritikus gondolkodású barátaiddal!** Kérd ki okos emberek tanácsát! Teszteld alternatíváidat realisztikus kísérletekben!

Ignác szerint a „gonosz szellem” gyakran használja azt a ravasz taktikát, hogy titkolózásra csábít. Terveink titokban tartása mögött gyakran ott bujkál a rossz lelkiismeret is. Amennyiben viszont szándékainkról nyíltan beszélünk barátainknak és tanácsadóinknak, akkor használjuk józan paraszti eszünket is, meg támaszkodunk mások okosságára, tapasztalatára is. Mert egy másik ember – különösen, ha ismer minket és jó az ítélőképessége – gyakran nálunk jobban látja erősségeinket-gyengéinket, és zsákutcáinkat, tévedéseinket is hamarabb szúrja ki. Ha valaki nem talál ilyen külső segítőt, akkor már az is sokat javíthat tisztánlátásán, ha önmagának vagy egy fiktív valakinek meséli el gondolatait, terveit. Súlyos döntések előtt érdemes az egyes alternatívákat egyfajta teszthelyzetben is kipróbálni, mert a „valóság visszajelzésének” ez a formája is tanulságos lehet. Ugyanakkor persze mindezen segítő ötleteket is újfent relativizálni kell: hiszen a tesztek mindig csak közvetetten tükrözik a valóságot, és a legjobb tanács meg ezernyi teszt után is megmarad valamennyi bizonytalanság. A végén úgyse marad más hátra, mint előre.

**4. Halld meg, mi mindent mond a fejed, a szíved és az intuíciód, aztán integráld „lelked hangjait” projekted egészébe!**

Mai világunk praktikus, funkcionális és racionális beállítottságú. Ezt kár mindenestül negatívnak látnunk, meg hát a hétköznapokban – akár akarunk, akár nem – nekünk is általában így kell működnünk. A fontos döntések meghozatalában azonban az értelemnek nem szabad a többi erő fölé kerekednie – igenis figyelnünk kell az érzelmekre, komolyan véve és értékelve őket, különösen a kellemetleneket vagy népszerűtleneket. Manapság azonban olykor (főleg spirituális közösségekben) az érzelem kap túlzott hangsúlyt – ezzel a tendenciával szemben pedig éppen azt kell hangsúlyoznunk, hogy minden döntésünkben igenis helyet kell kapnia a szakmaiságnak és az érveknek. Mindnyájunknak fel kell tehát mérnünk e téren egyoldalúságainkat, és igyekeznünk kell figyelembe venni, integrálni a másik oldalt is. És hozhatunk döntést akár hirtelen „spirituális intuíció” alapján is (ezt az adományt nem kell se túl nagyra, se túl kevésre értékelnünk): bárhogy jutottunk is el döntésünkhöz, nagy kegyelem az (könyörögjünk is érte), ha ebben a folyamatban egy mégoly kicsiny, halk intuitív elem is kap kiegészítő vagy megerősítő szerepet. Az Ignác által felsorolt háromféle választási mód ugyanis nem üti, hanem kiegészíti és megtermékenyíti egymást.

**5. Figyelj arra, hogy a „gonosz szellem” gyakran a valóságosnál komplikáltabbnak láttatja döntésedet, és a félelem eszközét is beveti!** Fő a bizalom és az egyszerűség.

Sok ember komplex döntési helyzetben elvész az ezernyi apró részlet között (amelyeket szerinte mind sürgősen végig kellene gondolnia), majd összezavarodik, zúgni kezd a feje, végül idegesen feladja. Döntéshozatalkor nézzük azt, hogy mi is a dolog veleje, hogy hosszabb távon tulajdonképpen mely néhány fő értékről és célról is van szó, hogy mely világosan megfogalmazható kérdésekre is keressük a választ, és hogy mely egyszerű módon is lehetne eligazodni az ezernyi részlet között.

Ezek után a milliónyi idegesítő apróságot a dolog lényege köré rendezve immáron azt vizsgálhatjuk, mely részlet milyen súlyú. Olykor zavaros még a fejünk, de szívünk már döntött, vagy épp fordítva: szívünk ingadozik még, ám fejünkkel már tisztán látunk. Itt is lehet kicsit szembemenni a dolgokkal, azaz nekiállni a zavaros részek egyszerű, de határozott mozdulatokkal való ráncba szedésének. Hasonlóképp járhatunk el félelmeinkkel is, amelyek ha irracionálisak és zavaróak, akkor a „gonosz szellemtől” valók: szálljunk szembe velük a bizalom és a bátorság tetteivel.

**6. Ne hozz döntést addig, amíg krízishelyzetben vagy!** Keresd mindenben a nagyobb vigaszt és a gazdagabb termést! Kövesd vágyaidat! Légy radikális!

Ha valaki krízishelyzetbe került (azaz vigasztalanságban él), akkor másszon ki onnan, amint csak lehet, hogy aztán nekivághasson a döntési folyamatnak. Mert szabadon és nyitottan megítélni azt, hogy melyik előtte álló alternatíva a jobb, csak az elégedett és örömteli ember képes. A döntés két fontos kritériuma egyrészt a nagyobb vigasz (azaz hogy **melyik alternatíva hoz mélyebb békét**, nagyobb örömöt, reményt, biztonságot, és ad az egésznek értelmet), másrészt a gazdagabb termés (azaz hogy **melyik alternatíva járul hozzá inkább az igazságossághoz, békéhez, hithez, szeretethez**). E két kritérium kiegészíti és átjárja egymást, és ketten elégségesek, átfogók. Figyeljünk vágyainkra is, mert ha megtisztítottuk ezeket az egoizmustól, akkor bízhatunk abban, hogy jó irányba visznek. Döntéseinkben mindig valamiféle növekedésről, egyfajta „több”-ről van szó. A szükséges adag radikalitás pedig (helyes mértékben, túlzás nélkül visszavezetni a problémát a gyökeréig, a radixig, majd nekifeszülni a megoldásnak) általában a „jó szellem”-től származik.

**7. Ismerd meg határaidat, fogadd el őket és figyelj rájuk!** Keresni ne keresd a keresztet, de szeretetből légy kész arra, hogy elfogadd, ha Istentől jön!

Isten akarata nem kívülről, valami idegen dologként közelít hozzád, hanem szíved vágyaiban, a vigaszban és a termésben lelhető meg.

Saját határaikat és gyengeségeiket általában könnyebben kezelhetőnek gondolják az emberek, mint ahogy az valójában van, jóllehet az emberi és spirituális érésnek ez a „kezelés” a lényege! Alázat kell hozzá, józanság, szeretet – és életünk végéig dolgoznunk kell rajta. Egy döntési folyamat során higgadt fejjel kell figyelnünk a külvilág adta határokra, se nem túl félénken, se nem túl könnyelműen. Nem kell külön keresnünk a nehezet, a lemondást és a szenvedést, de a rászorulók iránti szeretetből legyünk készen arra, hogy mindezt elfogadjuk, amennyiben Istentől jön. Nehéz megértenünk és elfogadnunk, hogy Isten kívánhat ilyet tőlünk. Csak akkor mondjuk bármilyen keresztre is azt, hogy „Isten akarata”, ha alapos okunk van rá. A kereszttel, sajnos sokkal gyakrabban találkozunk, mint szeretnénk: a világ romlott, és ezt a romlottságot kell elfogadnunk, megszenvednünk.

Hogy Isten mit is akar igazán tőlünk, azt „belülről” mutatja meg nekünk: vagyis amennyiben motívumainkat megtisztogattuk, és célkitűzéseinket szem előtt tartva világosan látjuk, melyik is a helyesebb út számunkra, akkor jó okkal feltételezhetjük, hogy amit így mi magunkhelyesnek tartunk és akarunk, az az Isten akarata.

**8. Gyászold meg a nem választott alternatívákat és elszalasztott lehetőségeidet!**

Életutad az elengedés és a meghalás útja. Ha így fogadod el életedet, akkor könnyebben tudsz elköteleződni és elégedettebben fogsz élni.

Az ifjú idealista mindent akar, a felnőtt már csak egynéhány dologhoz ragaszkodik. Aki igent mond valamire, annak másra nemet kell mondania. Ezt a nemet tudatosan fel kell vállalnunk. Amit nem választunk, azt szívünkben is el kell engednünk: el kell gyászolnunk, meg kell siratnunk, hogy ez által szabadabban és hálásabban tudjunk igent mondani arra, amit választottunk. Ahogy öregszünk, úgy kell egyre több mindent elengednünk. Minden elengedés egy kis meghalás, végső halálunk elővételezése, ahol is majd mindent oda kell adnunk – hogy aztán mindent és még többet visszakapjunk.

Aki e világon kevés dologgal él, de azzal teljesen vö. Lelkigyakorlatok 2.: „a dolgokat bensőleg érzékeli és ízleli”) –, az a végső beteljesedés ígéretében él, vagyis vigaszban és örömben.

**9. Jézus legyen életünk és döntéseink normája, ősképe és „formája”!**

Jézusban Isten megmutatta nekünk, milyen az igazi emberlét. Ha tehát Jézusra figyelünk, akkor megvan az iránytűnk. Jézus többféleképpen segít minket: tanításával (amit mondott, prédikált), példájával (ahogyan bánt az emberekkel: irgalmasan, igazlelkűen, hűségben, igazságosan, szeretettel) és egészen különös módon a személyével (ahogyan az emberekre hatott és hat ma is).

Ha újra meg újra erre a Jézusra emeljük tekintetünket, s őt egyre jobban megismerjük és szeretjük (vö. Lelkigyakorlatok 104.), akkor alakja beleivódik bensőnkbe, és átalakulunk az ő képére.

A Biblia gyakori olvasása és szemlélése – mind a hétköznapokban, mind a kifejezetten erre szánt csöndes időszakokban – segít életünket krisztusivá alakítani.

**10. Döntési folyamatodban el fog érkezni az a pont, ahol át kell vágnod a gordiuszi csomót!**

Kockáztatnod kell, elengedned ezt-azt, majd ugranod. Az életbe, az emberekbe és az Istenbe vetett alapvető bizalom segít ebben.

Az ókorból származik a gordiuszi csomó története: azé lesz Ázsia, aki kioldja a csomót, de a csomó olyan tekervényes volt, hogy senki sem tudta kibogozni. Amikor Nagy Sándor szembesült a feladattal, elővette kardját és átvágta a csomót.

Vagyis aki már régóta kínlódik egy döntéssel, mert elveszett a részletek és bonyodalmak erdejében, az eljut arra a pontra, ahol már csak egy jól irányzott vágás segíthet. E vágással el kell fogadnia olyan negatívumokat is, amelyeket most még nem is sejt, de amelyektől ennek ellenére tart. A felszabadító végső lökés akkor lehet sikeres, ha megelőzte a „szellemek megkülönböztetése”, ha az illető vállalja a kockázatokat is, ha megtalálja a megfelelő időpontot, és ha mindezt bizalommal teszi. Az ősbizalom gyerekkorunkban gyökerezik: ha ott nem lett eléggé elmélyítve, később fáradságos munkával kell felépítenünk. A bizalmat egy egész életen át ápoljuk és erősítjük. Csak az tud dönteni, akiben van bizalom. Aki kevéssé tud bízni, építsen arra, hogy a bizalom mindig növekedhet. Imádkozzunk bizalomért és jó döntésekért.

Eszközigény: