

# IDENTITET

Ideja o važnosti smislene gradnje identiteta mi je došla od **YouTubera Thomasa Franka** i knjige **Atomic Habits Jamesa Cleara**. Zamislite da trčite vani i krene padati kiša, a vi ste usred treninga koji ste zamislili i još vam manjka energije. Pitanje koje si trebate postaviti je - tko sam ja? Iako si možda nećete inače postavljati egzistencijalna pitanja u toj situaciji evo zašto je to bitno. Ako je odgovor da ste trkač, ova situacija vam neće teško pasti, možda ćete baš suprotno s guštom istrčati trening do kraja po kiši. Ali s druge strane ako se ne vidite kao trkača ili generalno sportaša već kao nekog tko je statičan tip i ovo radite samo zbog toga da dođete u formu - počete se pitati zašto radite to što radite kada stvari postanu teške. Zašto ovo sebi radim? Treba li mi to sada? Jednog dana ćete tako odlučiti da vam ne treba taj stres i nećete postići svoj cilj. Ovo je jedan od glavnih razloga zašto puno novogodišnjih ciljeva propada. Kako kaže u knjizi vaša ponašanja su odraz onoga što je vaš identitet, ono što radite je naznaka onog kakva osoba vjerujete da jeste - svjesno ili nesvjesno.

Za priču o identitetu sam pozvao **Andreu Tintor**. Andrea je PR savjetnica i kolumnistica s fokusom na trendove i komunikaciju u pop kulturi u kojoj je identitet najvažnija stvar o kojoj doslovno ovisi cijela karijera. Više na [andreatintor.com](http://andreatintor.com).

U vježbi na idućoj stranici ćete odgovoriti na tri pitanja:

- kakva osoba želite postati tijekom godine (samostalnija, odvažnija, zdravija...)
- koje snove želite ostvariti od djetinjstva do danas, razmislite što oni govore o vašoj osobnosti
- zamislite ostvarenje svih ciljeva na kraju godine, kako izgleda te kako se osjeća osoba koja ih je postigla?

Nakon što definirate odgovore na ta pitanja i odlučite koji tip osobe želite biti - dokažite si to malim pobjedama. Recimo da želite biti osoba koja nema financijskih ograničenja, samostalna po pitanju novca. Vaš identitet bi bio da ste "financijski neovisni".

Da biste to postigli, dokažite sebi da možete biti ta osoba postizanjem kratkoročnih ciljeva. Isplatite dugovanje na kreditnoj kartici manjom kupovinom, uštedite 100kn tjedno, definirajte osobni budžet, popišite investicije koje ćete napraviti i educirajte se o njima. Svaki put kada napravite neku od ovih stvari proslavite je. Niz ovih malih pobjeda učvršćuje vašu predanost. U ovom slučaju ste netko na putu prema financijskoj neovisnosti.

# 3 PITANJA ZA IDENTITET

 KAKVA OSOBA ŽELIM POSTATI U 2021. GODINI?


 KOJE SNOVE ŽELIM OSTVARITI DESETLJEĆIMA?


 KAKO IZGLEDA I KAKO SE OSJEĆA OSOBA  
KOJA JE POSTIGLA TE SNOVE?
