

# WebQuest

Prilagodljivost

DISCOVER   
& EMPOWER



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the National Agency. Neither the European Union nor National Agency can be held responsible for them. Project Number: 2023-1-LT01-KA220-ADU-000156443

# Prilagodljivost

## Uvod

Suvremeno radno okruženje neprestano se razvija. Bilo da se radi o prilagodbi novim tehnologijama, promjenama u industrijskim trendovima ili neočekivanim izazovima, prilagodljivost je ključna vještina za profesionalni rast. Ona vam omogućuje da napredujete u promjenjivim okolnostima i iskoristite nove prilike.

Zamislite da ste dio tima koji prelazi na novu organizacijsku strukturu ili uvodi najmoderniju tehnologiju. Kako se učinkovito nositi s tim promjenama, zadržati produktivnost i podržati svoje kolege tijekom prijelaza?

Ovaj WebQuest vodit će vas kroz razumijevanje prilagodljivosti, istraživanje strategija za njezino unaprjeđenje te učenje kako te vještine primijeniti u svojoj karijeri. Zaronimo u to kako vam prilagodljivost može pomoći da uspješno napredujete suočeni s promjenama.

---

## Zadaci

Završetkom ovog WebQuest:

1. Razumjet ćete važnost prilagodljivosti u profesionalnom kontekstu.
2. Procijenit ćete svoju trenutačnu razinu prilagodljivosti i prepoznati područja za napredak.
3. Istražit ćete strategije za razvoj prilagodljivosti na radnom mjestu.
4. Razvit ćete osobni alat za prilagodljivost (adaptability toolkit).

Promišljat ćete o svojim vještinama prilagodljivosti i vježbati njihovu primjenu u stvarnim situacijama.

---

## Proces

### *Korak 1: Što je prilagodljivost i zašto je važna?*

- Istražite pojam prilagodljivosti i njezinu povezanost s uspjehom u karijeri.
- Otkrijte prednosti prilagodljivosti, poput otpornosti, inovativnosti i poboljšanog rješavanja problema.
- Razumijte vrste promjena s kojima se profesionalci često suočavaju i kako im prilagodljivost pomaže da ih uspješno savladaju.

### **Izvori:**

- [The Importance of Adaptability in the Workplace](#)
- [Adaptability as a Core Career Skill](#)
- [Why Adaptability is a Key to Career Success](#)

---

### *Korak 2: Procijenite svoju trenutačnu prilagodljivost*

- Provedite **samoanalizu** kako biste procijenili koliko ste prilagodljivi u profesionalnim situacijama.
- Pitanja za razmatranje:
  - Kako reagirate na neočekivane promjene na poslu?
  - Jeste li otvoreni za učenje novih vještina i prilagodbu novim okruženjima?

- Kako se nosite s neuspjesima ili neizvjesnošću?

Razmislite o svojim snagama u prilagodljivosti te o područjima koja možete poboljšati.

**Izvori:**

- [Self-Assessment: How Adaptable Are You?](#)
- [Overcoming Resistance to Change](#)

---

*Korak 3: Strategije za razvoj prilagodljivosti*

- Istražite tehnike za poboljšanje prilagodljivosti, kao što su razvijanje mentaliteta rasta, unaprijeđenje emocionalne inteligencije i poticanje fleksibilnosti.
- Proučite studije slučaja iz radnog okruženja koje prikazuju prilagodljivost na djelu.
- Učite od uspješnih lidera i načina na koji su se oni prilagodili promjenama.

**Izvori:**

- [How to Develop a Growth Mindset](#)
- [Strategies for Becoming More Adaptable](#)
- [Lessons from Leaders: Stories of Adaptability](#)

---

*Korak 4: Izradite svoj osobni alat za prilagodljivost*

- Razvijte alat (toolkit) koji će vam pomoći unaprijediti prilagodljivost na radnom mjestu.
- Uključite strategije poput upravljanja stresom, kontinuiranog učenja i otvorenosti prema povratnim informacijama.
- Izradite vizualni ili pisani vodič koji će vam pomoći primijeniti te strategije tijekom razdoblja promjena..

**Izvori:**

- [How to Build an Adaptability Plan](#)
- [Stress Management Techniques for Adaptability](#)
- [Using Feedback to Foster Growth and Adaptability](#)

---

*Korak 5: Vježbaj i reflektiraj*

- Primijenite svoj alat za prilagodljivost u stvarnom ili simuliranom scenariju, poput prilagodbe na novi način rada ili tehnologiju.
- Razmislite o svom iskustvu:
  - Kako ste primijenili svoje strategije prilagodljivosti?
  - S kakvim ste izazovima suočeni i kako ste ih riješili?
  - Koje prilagodbe možete napraviti za buduće situacije?

Podijelite svoja razmišljanja s kolegama ili mentorima kako biste dobili konstruktivne povratne informacije.

**Izvori:**

- [Practicing Adaptability in Real-World Scenarios](#)

- [How to Use Reflection for Personal Growth](#)
- 

## Evaluacija

Procijenite svoj napredak i reflektirajte o svom učenju:

- Koliko se samopouzđano osjećate u nošenju s promjenama na radnom mjestu?
- Jeste li uspeli učinkovito primijeniti strategije iz svog alata za prilagodljivost?
- Kako se poboljšalo vaše razumijevanje prilagodljivosti?

## *Pitanja za samoprocjenu:*

- Što ste smatrali najvrijednijim u ovom WebQuestu?
- S kakvim se izazovima još uvijek suočavate pri prilagodbi na promjene?
- Kako ćete nastaviti razvijati svoje vještine prilagodljivosti?

## Zaključak

Prilagodljivost je ključna za uspjeh u karijeri u brzo mijenjajućem se svijetu. Završetkom ovog WebQuesta stekli ste dublje razumijevanje kako prihvatiti promjene, razviti otpornost i uspješno napredovati u izazovnim okruženjima..

DISCOVER  
& EMPOWER



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the National Agency. Neither the European Union nor National Agency can be held responsible for them. Project Number: 2023-1-LT01-KA220-ADU-000156443