

10. MOCNE STRONY



Agata Kulińska – Mentorka Rozwojowej Zmiany

PRIORYTETY

Talenty, umiejętności i mocne strony nie są tożsame. Choć bywają traktowane jak synonimy, każde określenie oznacza coś innego i odnosi się do innego aspektu Twojego osobistego potencjału.

Talent to coś, w czym jesteś naturalnie dobry i co wyróżnia cię spośród innych ludzi. Talent to wrodzony, naturalny sposób myślenia, czucia i działania. Umiejętności to zdolność wykonywania danego zadania, nabyta przez doświadczenie i ćwiczenie. To Twoje osobiste kompetencje, które zdobyłaś w życiu i pracy. Mocne strony natomiast budujesz na bazie talentów i umiejętności.

Samo posiadanie talentu do zjednywania sobie ludzi, nie sprawi, że będziesz budować wartościowe relacje. Tak samo umiejętność planowania nie sprawi, że dzięki temu osiągniesz w życiu to, czego pragniesz. Dopiero kiedy zaczniesz świadomie i celowo z nich korzystać, zbudujesz z nich swoją mocną stronę.

I właśnie o tym jest ten krok Rozwojowej Zmiany – o budowaniu świadomości swoich talentów i umiejętności po to, żeby później zbudować z nich swoje mocne strony. I dzięki temu osiągnąć w życiu to, co dla Ciebie ważne. Ponieważ zrozumienie w czym jesteś dobra, co jest Twoim naturalnym sposobem działania i co przychodzi Ci z łatwością, w znacznym stopniu usprawni budowanie życia takiego, jakiego pragniesz.

A zatem, zapraszam Cię do stworzenia Mapy mocnych stron.



Talent określa co człowiek robi, nie określa, kim człowiek jest.(...) Kiedy wiesz, kim jesteś, możesz dokonać wszystkiego.

Terry Pratchett

TALENTY

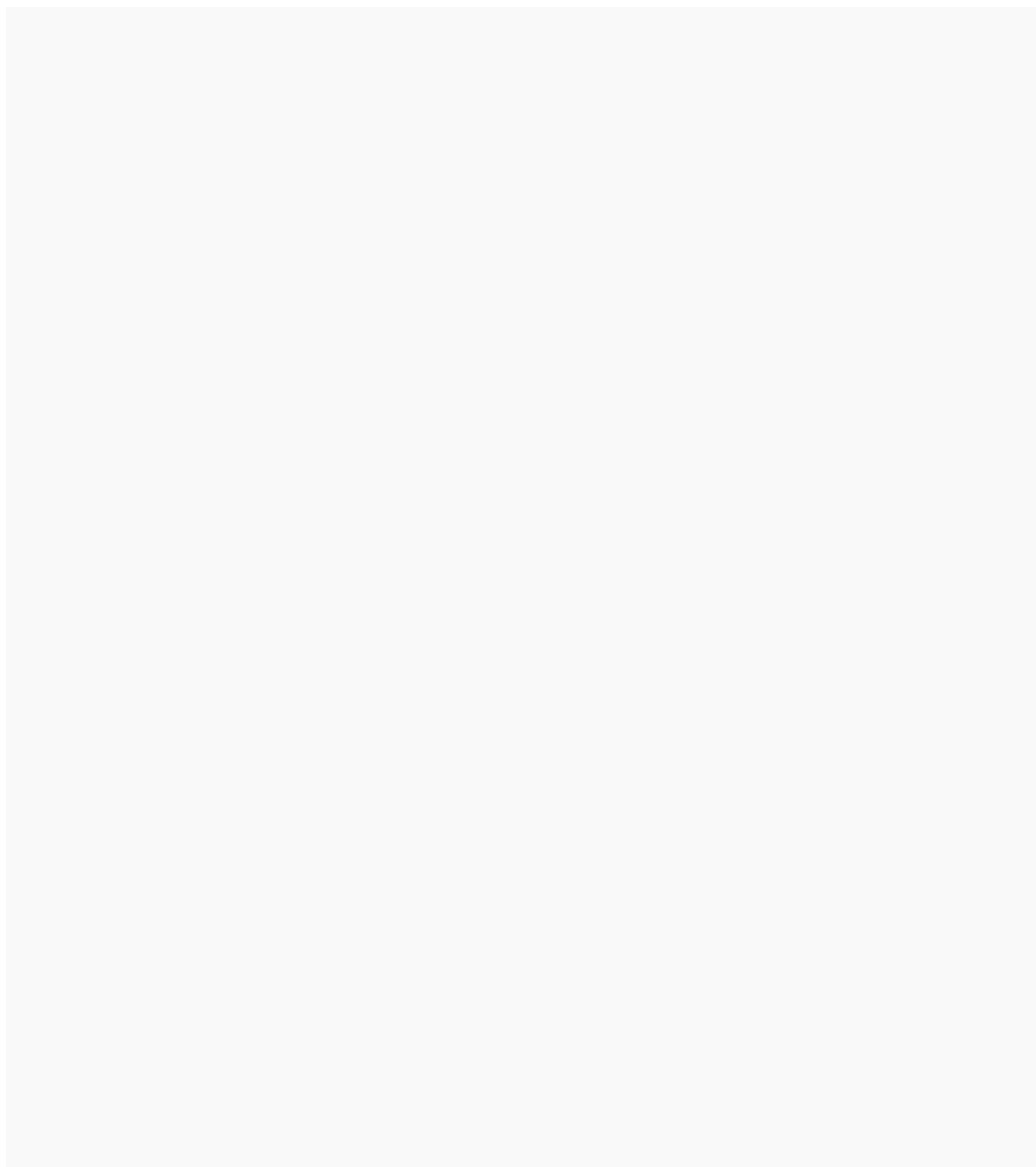
Określenie swoich talentów może nie być łatwe. Często bowiem nasze naturalne działanie jest tak naturalne i automatyczne, że samodzielnie trudno nam dostrzec to, co w rzeczywistości jest naszym talentem.

Aby ułatwić Ci poszukiwanie talentów spójrz na poniższe zestawienie i wybierz 10 określeń.

Akceptująca	Niezawodna	Śmiała
Aktywna	O otwartym umyśle	Świadoma siebie
Ambitna	Obdarzona intuicją	Tolerancyjna
Asertywna	Obiektywna	Towarzyska
Atrakcyjna	Oddana	Troskliwa
Autentyczna	Optymistyczna	Twórcza
Bezpretensjonalna	Oryginalna	Ufna
Charyzmatyczna	Otwarta	Uporządkowana
Chłonna	Pełna wdzięku	Uspokajająca
Ciepła	Pewna siebie	Utalentowana
Cierpliwa	Pomocna	Wnikliwa
Czarująca	Poważna	Wrażliwa
Czuła	Prawdomówna	Współczująca
Dążąca do osiągnięć	Produktywna	Współpracująca
Dbąca	Profesjonalna	Wydajna
Dobrze poinformowana	Przedsiębiorcza	Wyjątkowa
Dodająca odwagi	Przekonująca	Wykazująca zrozumienie
Dokładna	Przyjacielska	Wymowna
Dynamiczna	Racjonalna	Wyróżniająca się
Ekspresyjna	Radosna	Wytrwała
Empatyczna	Realistyczna	Z poczuciem humoru
Energiczna	Silna	Z wyobraźnią
Entuzjastyczna	Spontaniczna	Zaangażowana
Inteligentna	Spostrzegawcza	Zabawna
Krzepka	Sprawiedliwa	Zdeterminowana
Logiczna	Stymulująca	Zdyscyplinowana
Lojalna	Sumienna	Zorganizowana
Lubiąca przygody	Sympatyczna	Zręczna
Łagodna	Szczerza	Zrównowazona
Miła	Szczęśliwa	Życzliwa
Niezależna	Szybka	Żywo reagująca

TALENTY

- Jakie Twoje działanie lub sposób postępowania wiążą się z wybranymi cechami?
- W jaki sposób cechy, które wybrałaś pomagają Ci w życiu codziennym i w pracy?

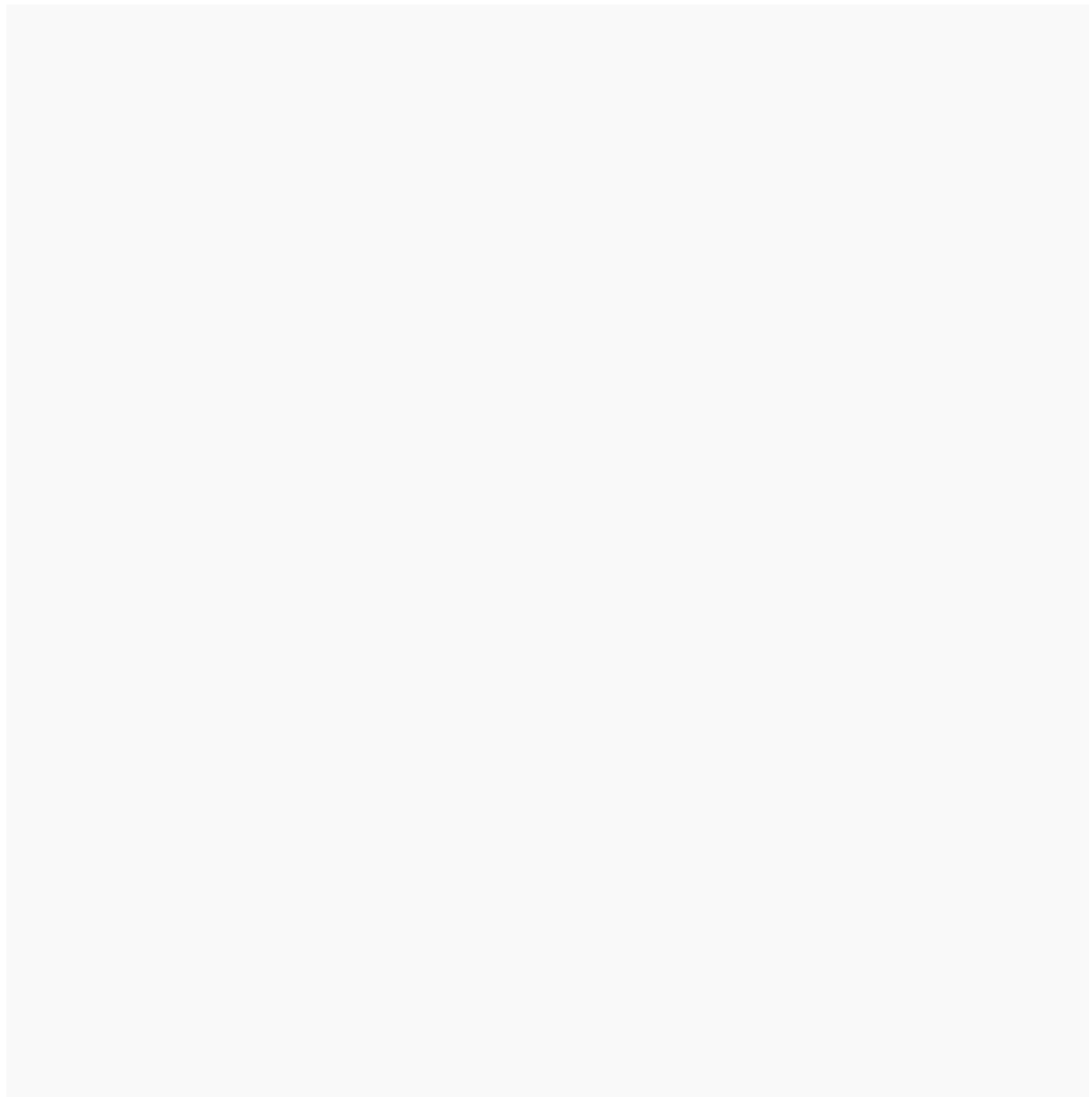


UMIEJĘTNOŚCI

Aby określić swoje umiejętności, zrób przegląd swoich dokonań, posiadanej wiedzy i kompetencji.

Odpowiedz zatem na następujące pytania:

- Jakie umiejętności posiadasz?
- Jakie masz kompetencje?
- Jaką wiedzę posiadasz?
- Co jeszcze potrafisz robić szybciej, sprawniej i lepiej niż inni?



MOCNE STRONY

Spójrz teraz na talenty, które zaznaczyłaś i umiejętności, które określiłaś.

- Jakie cechy wychodzą na pierwsze miejsce?
- Co robiłaś z lekkością i radością?
- Co czujesz, kiedy myślisz o każdej z tych cech?
- Co mogłabyś robić "z zamkniętymi oczami" i bez względu na to, co sądzą o tym inni?
- Na co zwracają Ci uwagę inni ludzie? Jakie twoje cechy, czy sposób działania wymieniają?

SESJE ROZWOJOWEJ ZMIANY

Mapa mocnych stron

Sesję Rozwojowej Zmiany Mapa mocnych stron szczególnie polecam Ci jeśli:

- brakuje Ci przekonania o własnej skuteczności,
- chciałabyś wzmocnić poczucie własnej wartości i sprawczości,
- chcesz rozwijać swoje unikalne talenty, umiejętności i mocne strony bardziej celowo i świadomie,
- pragniesz się rozwinąć i jak najlepiej wykorzystywać swoje talenty, umiejętności i mocne strony w życiu,
- chciałabyś przestać siebie naprawiać i w zamian działać w oparciu o swoje mocne strony,
- chcesz świadomie określać swoje cele tak, aby realizować je wykorzystując swoje naturalne zasoby i umiejętności.

Co się zmieni w Twoim życiu dzięki Mapie mocnych stron?

- określisz swoje talenty i umiejętności i zaczniesz na ich bazie budować swoje mocne strony,
- zdefiniujesz swój sposób działania, dzięki któremu najpełniej wykorzystasz swój naturalny i ulubiony sposób działania,
- w większym stopniu będziesz automatycznie i naturalnie działać w zgodzie ze swoimi talentami, mocnymi stronami i kompetencjami,
- wzmocnisz swoje poczucie sprawczości i pewności w działaniu,
- będziesz świadomie wybierać to, co jest warte twojego wysiłku,
- będziesz świadomie budować swoje umiejętności i kompetencje.



CENA DLA CIEBIE!

~~150 zł~~ 95 zł*

KUPUJĘ SESJĘ W MOJEJ CENIE!

* cena z kodem **moc@prz22**

kod obowiązuje w dniach od 5 do 12 maja 2022 r.

Żyj życiem, jakiego pragniesz!

Cześć, mam na imię Agata :)



Jestem Mentorką Rozwojowej Zmiany!

Pomagam kobietom odkrywać i realizować to, co dla nich ważne.

Inspiruję do zmiany i rozwoju, tak abyś mogła spełniać swoje marzenia i pragnienia.

Dane kontaktowe

Agata Kulińska - Mentorka Rozwojowej Zmiany

www.agatakulinska.pl

www.sklep.agatakulinska.pl

kontakt@agatakulinska.pl

Facebook: [@agata.kulinska.mentorka.rozwojowej.zmiany](https://www.facebook.com/@agata.kulinska.mentorka.rozwojowej.zmiany)