

MOJE MOCNE I SŁABE STRONY

Poznając swoje mocne i słabe strony
zwiększamy swoją pewność siebie!

Znajomość siebie jest podstawową informacją, która
pomaga zaplanować
rozwój edukacyjno-zawodowy

Znając swoje mocne strony lepiej ocenisz czy
wymarzony zawód jest dla Ciebie

Znając swoje słabe strony wiesz już czego Ci brakuje
–a tą wiedzę możesz wykorzystać do zaplanowania
swojego rozwoju i do pracy nad sobą .

Przygotuj czystą kartkę papieru ,
podziel ją na pół
i wypisz wszystkie swoje
mocne i słabe strony
Bądź szczery wobec siebie – tylko tak uzyskasz
najlepsze efekty
w kontekście samopoznania
i rozwoju zawodowego 😊

*Praca powinna zająć Ci nie więcej niż
10 minut 😊*

Z przygotowanej przez siebie listy , wybierz od 3 do 5
swoich mocnych i słabych stron
i pracuj nad nimi
według schematu poniżej

Moje
mocne
strony

- Jak mogę je wykorzystać ?
- Jak mogę je doskonalić ?

Moje słabsze
strony

- W czym mogą mi przeszkodzić?
- Jak mogę nad nimi pracować ?

Jak znaleźć słabe strony ?

Jeśli sprawia Ci to trudność to spójrz na znajomych/bliskich i zastanów się, kiedy mówisz do siebie :

Chciałbym/chciałabym być taki/taka jak ona (wskazując konkretne zachowania, cechy)

lub Widzę w niej/nim zdolności przywódcze lub dostrzegasz w innych niebywałe zdolności komunikowania się z grupą itp.

Może być też odwrotnie- widzisz w sobie talenty i potencjał , ale wiesz ,że szybko tracisz zapał do pracy .

A może sprawdzasz się idealnie w pracy gdzie jesteś na drugim planie i ogarnia Cię przerażenie gdy to Ty musisz grać pierwsze skrzypce ?

Każdy z przykładów jest realnym wskaźnikiem słabych stron .

Pamiętaj, że nad każdą słabą stroną możesz pracować i znaleźć sposób na to, by nie przeszkadzały Ci w życiu i w pracy.

*Jeśli miałeś/miałaś jakiegokolwiek trudności
z wypisaniem swoich mocnych stron
to spójrz na kolejne slajdy
i zobacz jak dużo pozytywnych cech ,
atutów można znaleźć u siebie.
Sprawdź ile z nich mógłbyś/mogłabyś
dopisać do swojej indywidualnej listy
– jestem pewna, że sporo 😊*

UKIERUNKOWANY NA CZŁOWIEKA

UKIERUNKOWANY NA SPOŁECZEŃSTWO

ODPOWIEDZIALNY

OBDARZONY INTUICJĄ

REALISTYCZNY

PODPORZĄDKOWUJĄCY SIĘ ZASADOM, REGUŁOM I NORMOM
MOTYWUJĄCY LOGICZNIE MYŚLĄCY OKAZUJĄCY POMOC

PUNKTUALNY

POSIADAJĄCY ZDOŁNOŚCI TECHNICZNE **OTWARTY** PRAKTYCZNY

ADAPTUJĄCY SIĘ DO NOWYCH WARUNKÓW

RADOSNY

RACJONALNY STANOWCZY

O OTWARTYM UMYŚLE

POWAŻNY MOTYWUJĄCY INNYCH

ODPORNY NA STRES

KOMPETENTNY

ODDANY

KONSEKWENTNY

SAMODZIELNY

OPANOWANY

PRZEDSIĘBIORCZY

KREATYWNY

PRACOWITY

INNOWACYJNY W MYŚLENIU POMYSŁOWY

GODNY ZAUFANIA

ODWAŻNY

POZYTYWNIEM MYŚLĄCY

ROZUMIEJĄCY POTRZEBY INNYCH LUDZI

OPTYMISTYCZNY GOTOWY DO KOMPROMISU SKRUPULATNY

LOGICZNY **PRZYJAZNY**

LOJALNY

PRAWDOMÓWNY **OPIEKUŃCZY**

OBOWIĄZKOWY

POMOCNY

MOTYWUJĄCY SIEBIE

KOORDYNUJĄCY DZIAŁANIA

NIEZAWODNY

ROZRYWKOWY

LOGICZNIE WNIOSKUJĄCY

SKONCENTROWANY

SKUTECZNIE DZIAŁAJĄCY

SPRAWNY FIZYCZNIE

INNOWACYJNY W DZIAŁANIU

RADZĄCY SOBIE W TRUDNYCH SYTUACJACH

SKŁONNY DO PODEJMOWANIA RYZYKA

MYŚLĄCY PRZYZYKOWO-SKUTKOWO

STAWIAJĄCY WYSOKIE WYMAGANIA

SKUTECZNIE KOMUNIKUJĄCY SIĘ



ŚWIADOMY

POSIADAJĄCY WIEDZĘ OGÓLNA

ZORIENTOWANY NA CEL

DAŻĄCY DO CELU

USPAKAJAJĄCY

SZCZERY

POSIADAJĄCY ZDOLNOŚCI MANUALNE

DYNAMICZNY

ZAANGAŻOWANY

CHĘTNY DO POMAGANIA INNYM

Z WYOBRAŹNIĄ

CIEPŁY

CIERPLIWY

WRAŻLIWY

ATRAKCYJNY

ZDOLNY DO PRACY POD PRESJĄ

DBAŁY

TOWARZYSKI

SZYBKO PODEJMUJĄCY DECYZJE ŚMIAŁY

POSIADAJĄCY ZDOLNOŚCI PLASTYCZNE

ASERTYWNY EMPATYCZNIE SŁUCHAJĄCY

AKTUJĄCY

UCZYNNY

ZAINTERESOWANY

Z POCZUCIEM HUMORU

ENTUZJASTYCZNY TWÓRCZY

POSIADAJĄCY ORIENTACJĘ W PRZESTRZENI

DOCIEKLIWY

ZORIENTOWANY NA SUKCES

UCZCIWY

DOWCIPNY

POSIADAJĄCY ZDOLNOŚCI INTERPERSONALNE

TAKTOWNY

WYRÓŻNIAJĄCY SIĘ

WNIKLIWIE OBSERWUJĄCY

TROSKLIWY

SZYBKO DZIAŁAJĄCY

DOCHOWUJĄCY TAJEMNICY

ENERGICZNY

CIEKAWY

AKCEPTUJĄCY

AKTYWNY
CHĘTNY DO NAUKI

CZARUJĄCY

ZDECYDOWANY W PODEJMOWANIU DECYZJI

ZDYSCYPLINOWANY

DOKŁADNIE WYKONUJĄCY POLECENIA

EMPATYCZNY

POSIADAJĄCY ZDOLNOŚCI MIĘDZYKULTUROWE

WSPÓŁPRACUJĄCY

ŻYWO REAGUJĄCY

TOLERANCYJNY

DBAJĄCY O PORZĄDEK

ZRÓWNOWAŻONY

DOKŁADNY I PRECYZYJNY

POSIADAJĄCY ZDOLNOŚĆ PRZEWODZENIA W GRUPIE

SZYBKO ADAPTUJĄCY SIĘ

WYKAZUJĄCY WŁASNĄ INICJATYWĘ

POSIADAJĄCY ZDOLNOŚCI JĘZYKOWE

(W TYM JĘZYKA RODZIMEGO)



NA KONIEC ZDRADZĘ CI
ZASADĘ 3W
KTÓRA JEST POMOCNA
W ZROZUMINIU W CZYM
TKWI TWOJA SIŁA

WYKRYJ
WZMOCNIJ
WYKORZYSTAJ

POWODZENIA W ODKRYWANIU SWOICH
MOCY !!!

DLA CHĘTNYCH
DO PREZENTACJI DOŁĄCZAM
TEST MOCNYCH STRON
PAMIĘTAJCIE –
WYNIK NARZĘDZIA JEST
DLA WAS TYLKO INFORMACYJNY 😊