

TEST ELASTYCZNOŚCI W MYŚLENIU I DZIAŁANIU

E-book udostępniony nieodpłatnie, można przekazywać dalej bez zmian treści.

Test jest dodatkiem do artykułu: „Elastyczność kluczem do sukcesu”,
umieszczonego na blogu: [Zmień swój talent na pieniądze](#)

Szczęście sprzyja przygotowanym

Aktiff www.aktiff.com.pl , www.annasawczuk.wordpress.com
www.pracaikariera.wordpress.com

Elastyczność kluczem do sukcesu?

SIŁOWNIA INTELEKTUALNA

Coraz bardziej na rynku pracy liczą się umiejętności, których nie uczą w szkołach. Są to, uważane przez niektórych za “przyrodzone” i “właściwe tylko określonym ludziom” cechy charakteru, które wyróżniają ich posiadaczy na rynku pracy.

O czym mowa?

- To tak zwane “miękkie” umiejętności, które zależą od naszego nastawienia do siebie i rozwoju.
- Szybkie zdobywanie nowej, potrzebnej wiedzy i wola ciągłego uczenia się
- Szybkie dostosowywanie się do zmian i nowych sytuacji
- Elastyczność i kojarzenie faktów

Jak widać, lotność umysłu to clou całej sprawy – to można ćwiczyć! Warunkiem wstępnym jest jednak POLUBIENIE ZMIAN – zmiana to nie tylko zagrożenie, ale i szansa.

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

Czym karmisz swój umysł?

Jeżeli masz niezmiennie opinie na jakiś temat, to nie dopuszczasz nawet myśli, że możesz się mylić. Więcej, nie słuchasz zdań innych, bo wierzysz, że Twoja opinia jest na stała, niepodważalna i jest Ci z nią wygodnie. Nie jesteś przecież “chorągiewką na wietrze”

Tymczasem, jeśli już walczymy na przysłowia, “tylko krowa nie zmienia poglądów”. Twoje utarte opinie pozwalają Ci wprawdzie żyć wygodnie w przeświadczeniu, że “zrobiłeś swoje”, ale zastój w rozwoju, wykorzystywanie tego samego od lat schematu myślenia sprawia, że uboższy jesteś o nowe doznania.

Ograniczone odniesienie to ograniczone życie – książki, teatr, filmy, spotkania, interpretacje poszerzają pole widzenia świata. Więcej różnorodności w życiu – wyjdź z ram!

CO WARTO WYKORZYSTAĆ I JAK TO ZROBIĆ?

1. Zauważaj tendencje i szczegóły.

Najważniejsze jest zadawanie pytań, a nie dawanie odpowiedzi. Zadawane w szkole pytanie: “co poeta miał na myśli” nie miało na celu danie jednoznacznej odpowiedzi (choć niektórzy nauczyciele tak uważali). POBUDZENIE Twojej empatii,

Szczęście sprzyja przygotowanym

WCZUCIE SIĘ w nastrój piszącego, ŚLEDZENIE jego toku myślenia, ZASTANOWIENIE SIĘ nad własnymi odczuciami, wreszcie swobodny przepływ skojarzeń.

2. Elastyczność i kojarzenie faktów

Uwolnienie umysłu od schematów myślowych, ciała od niepożądanych, bezmyślnie i schematycznie wykonywanych działań, a ducha od naśladowania innych – robienie tych samych rzeczy w nowy, inny sposób.

Test: SPRAWDŹ, JAK BARDZO JESTEŚ ELASTYCZNA/Y W MYŚLENIU I DZIAŁANIU znajdziesz poniżej.

CYTAT TYGODNIA: Jeżeli uważasz, że możesz albo nie możesz – masz rację.

NA DO WIDZENIA:

Człowiek powinien być wszechstronny – i najczęściej się nim okazuje, gdy zdany jest tylko na siebie i własny pomysłuńek w sytuacjach ekstremalnych (patrz Robinson na bezludnej wyspie).

Dzisiejszy, chcący zrobić karierę człowiek poszukuje wciąż nowych wyzwań, nie bojąc się zmian. Wie, czym chce się zajmować i jakie są niezbędne kroki, żeby dojść do celu.

Jednocześnie nie powiela bezkrytycznie ścieżek poprzedników i jest sobą – jego jedyny i неповtarzalny sposób pojmowania otaczającego go świata sprawia, że jego styl osiągnięcia sukcesów jest nie do podrobienia. Ale za to do podziwiania i wyciągania wniosków.

A Ty jak myślisz?

Szczęście sprzyja przygotowanym

Aktiff www.aktiff.com.pl , www.annasawczuk.wordpress.com
www.pracaikariera.wordpress.com

SPRAWDŹ, JAK BARDZO JESTEŚ ELASTYCZNA/Y W MYŚLENIU I DZIAŁANIU!

NR	DZIEDZINA	REZULTAT								
		0%			50%			100%		
1	Umiem patrzeć na problem oczami innej osoby									
2	Lubię zmiany i nowe doświadczenia									
3	Lubię się uczyć, stale jestem zajęty									
4	Umiem zakwestionować własne przekonania i sposobu myślenia, np. ziemia jest płaska, czarni są gorsi, nie stać mnie na to									
5	Znam i wykorzystuję skuteczne strategie zmiany emocji									
6	Jestem przekonany, że najważniejsza jest podróż, nie osiągnięcie celu - odkrywanie nowych, twórczych możliwości									
7	Zadaję pytania: jak mogę to ulepszyć? Co ona zrobiłaby na moim miejscu?									
8	Nie oceniam - jestem otwarty na nowe widzenie świata i ujrzenie niezliczonych jego możliwości									
9	Jestem spostrzegawcza									
10	Sprawdzam w działaniu, czy nabyta wiedza i umiejętności rzeczywiście są pomocne w życiu - poddaję próbom zdobyte umiejętności.									
11	Działam z intuicją, ufam swoim przeczuciom									
12	Jestem człowiekiem z otwartą głową, osobą ciekawą świata									
13	Poszerzam swoje odniesienia – chętnie robię to, czego dotychczas nie robiłam									
14	Rozwiązuję problemy w sposób dla mnie nowy (swobodne skojarzenia, ciąg wyrazów, rysunki przełamujące utarte schematy myślenia)									
15	Lubię wieloznaczność, zagadki, rebusy i kalambury									
16	Wszystko jest w stanie mnie zainspirować, mam bujną wyobraźnię									
17	Mam zdolności analityczne									
18	Lubię porównania, alegorie i metafory									
19	Zauważam raczej podobieństwa niż różnice									
20	Jestem wytrwała w obliczu przeszkód									

Szczęście sprzyja przygotowanym



Uzyskałaś/eś w którymś z punktów 100%?

Super!

Jeśli nie jesteś perfekcyjna/y we wszystkim, to pociesz się – brakujące procenty to Twój ukryty potencjał. Możesz ćwiczyć i stawać się coraz lepsza, aż do przesady.

Pomoc możesz uzyskać:

- korzystając z artykułów zamieszczonych na blogach www.annasawczuk.wordpress.com i www.pracaikariera.wordpress.com
- zapisując się na [darmowe szkolenia przesyłane na maila](#)
- uczestnicząc w [internetowych warsztatach](#)

Jeśli chcesz mieć dostęp do kolejnych testów, zapisz się do grupy Biuletyn Sukcesu Zawodowego dostępny na stronie www.aktiff.com.pl

Pozdrawiam serdecznie i życzę wiele elastyczności w życiu, bo szalenie je ułatwia.

Anna Sawczuk
doradca kariery i przedsiębiorczości
<http://annasawczuk.wordpress.com>
<http://pracaikariera.wordpress.com>



Szczęście sprzyja przygotowanym

Aktiff www.aktiff.com.pl , www.annasawczuk.wordpress.com
www.pracaikariera.wordpress.com