JAK ZNAJOMOŚĆ TALENTÓW GALLUPA POMOŻE CI PRACOWAĆ Z LEKKOŚCIĄ, SATYSFAKCJĄ I POCZUCIEM SENSU?

WORKBOOK

Asia GRZYWACZ



Autorka: Joanna Grzywacz
Tytuł: Jak znajomość talentów Gallupa pomoże Ci pracować z lekkością, satysfakcją i poczuciem sensu?
Tekst: Joanna Grzywacz
Materiały dotyczące CliftonStrengths: opracowanie własne na podstawie Gallup, Inc
Zdjęcia: Justyna Kocur-Czarny
Publikacja: dostępna wyłącznie na asiagrzywacz.pl
Copyright ©AsiaGrzywacz.pl
Warszawa 2024
Wydanie I

Cześć, jestem Asia

COACH KARIERY | TRENERKA FORMUŁY GENIUSZU

SPECJALISKA DS. PRZEŁOMOWYCH SUKCESÓW ZAWODOWYCH

PASJONATKA PRACY Z ZGODZIE Z TALENTAMI

MIŁOŚNICZKA SPEŁNIONEGO ŻYCIA

Wspieram kobiety w dopasowaniu pracy do siebie, a nie odwrotnie, byś mogła pracować w równowadze, z lekkością, satysfakcją, poczuciem sensu i z wykorzystaniem swoich mocnych stron.



Co to są talenty wg Gallupa?

Talenty Gallupa to naturalne, powtarzające się wzorce myślenia, odczuwania i zachowania, które mogą być produktywnie wykorzystane. Są one wrodzonymi cechami, które manifestują się w naszych codziennych działaniach i reakcjach na różne sytuacje.

Np. osoba z talentem "Achiever" ma naturalną skłonność do ciężkiej pracy i dążenia do osiągnięć każdego dnia. Ta cecha jest widoczna w jej wytrwałości i motywacji do realizowania zadań.

Co to ten Gallup...

Donald O. Clifton był założycielem Instytutu Gallupa, jest uważany za "ojca psychologii pozytywnej" i twórcę metodologii CliftonStrengths.

Jego praca skupiła się na identyfikacji i rozwoju mocnych stron ludzi, zamiast koncentrowania się na ich słabościach.

Clifton rozpoczął swoje badania nad talentami i mocnymi stronami w latach 50. XX wieku, prowadząc badania nad efektywnymi liderami i pracownikami.

Zauważył, że osoby odnoszące sukcesy koncentrują się na rozwijaniu swoich naturalnych talentów.

... i jak poznać swoje talenty?

Metodologia CliftonStrengths została opracowana na podstawie badań Donalda Cliftona i jego zespołu, którzy przeprowadzili tysiące wywiadów z osobami odnoszącymi sukcesy w różnych dziedzinach. Narzędzie CliftonStrengths, wcześniej znane jako StrengthsFinder, zostało zaprojektowane, aby pomóc ludziom identyfikować i rozwijać swoje talenty.

Aby poznać swoje **TOP5** talentów wykonujemy badanie **CliftonStrengths** i otrzymujemy personalizowany raport.

Ze swoim zestawem talentów w TOP5 jesteś 1 na 33 miliony!!!



Idealna liderka i przedsiębiorczyni

W mojej pracy często słyszę że moim klientkom brakuje cechy X. Że gdyby ją miały, wtedy jej życie wyglądałoby inaczej, więcej by w życiu osiągnęły.

Często trafiają do mnie przedsiębiorczyni takie jak Wy, które jednak mają problem z poukładaniem swoich biznesów. Często pojawia się hasło, że “ja nie mam wystarczających umiejętności do prowadzenia firmy”.

Ale nie ma czegoś takiego jak jedyny wzór na idealnej liderki czy przedsiębiorczyni.

Dlatego zapraszam Cię dzisiaj do tego do przyjrzeniu się jakie posiadasz talenty i jak zmienić je w złoto.

Dzisiaj odpowiesz sobie na pytanie co możesz najlepszego zrobić z tym, co masz.

...ale zanim do tego przejdziemy zastanów się:

👉 Czego czujesz, że teraz najbardziej Ci brakuje?

👉 Co chciałabyś umieć robić lepiej?

Te myśli i tak się pojawią, więc rozprawmy się z nimi od razu na początku!

Może mierzysz się z jedną z tych rzeczy?

Brakiem jasności wizji i celów: Nie masz jasno sprecyzowanego kierunku, w którym chcesz rozwijać swój biznes, co może prowadzić do rozproszenia i frustracji.

Trudnościami z zarządzaniem czasem i priorytetami: W natłoku obowiązków łatwo o poczuciu zagubienia i braku kontroli nad czasem.

Walczeniem z perfekcjonizmem: Stawianie sobie nierealnych oczekiwań i nadmierna krytyka własnej pracy mogą prowadzić do stresu i wypalenia.

Problem z delegowaniem zadań: Trudno Ci oddać część obowiązków innym, co obciąża Cię pracą i uniemożliwia rozwój firmy.

Wahaniami co do słuszności swoich decyzji: Brak pewności siebie i lęk przed porażką mogą utrudniać podejmowanie szybkich i trafnych decyzji oraz trzymania się ich.

Miejsce na Twoją odpowiedź:

Jako przedsiębiorczyni masz dużo zadań do zrobienia, ale ciężko skupić się na wszystkim na raz. Talenty pomogą Ci postawić na to, w czym jesteś najlepsza i co Cię wyróżnia na rynku.



Czy znasz swoje talenty ?

👉 **Jeśli robiłaś test Gallupa to wypisz swoje TOP5**

👉 **Jeśli nie robiłaś testu - wypisz 10 rzeczy w których jesteś dobra, które przychodzą Ci z łatwością, które lubisz robić, za co inni Cię chwalą, z czym do Ciebie przychodzą po pomoc.**

INSPIRACJE:

Komunikacja - Łatwo mi przychodzi wyrażanie swoich myśli i uczuć, zarówno w mowie, jak i na piśmie. Często jestem chwalona za umiejętność jasnego przekazywania informacji.
Wsparcie innych- Z łatwością rozumiem i odczuwam emocje innych ludzi. Ludzie często zwracają się do mnie po wsparcie emocjonalne.
Kreatywność - Uwielbiam wymyślać nowe pomysły i rozwiązania problemów. Ludzie często chwalą mnie za innowacyjne podejście.
Organizacja - Mam talent do planowania i zarządzania czasem. Często pomagam innym w organizacji ich zadań i projektów.
Analiza - Mam zdolność do analitycznego myślenia i rozwiązywania złożonych problemów. Ludzie często proszą mnie o pomoc w analizie danych i wyciąganiu wniosków.
Zdolności interpersonalne - Łatwo nawiązuję kontakty i buduję relacje. Ludzie często zwracają się do mnie po pomoc w rozwiązywaniu konfliktów.
Nauka - Szybko się uczę i chętnie zdobywam nową wiedzę. Ludzie często pytają mnie o rady dotyczące nauki i samorozwoju.
Liderstwo - Mam zdolność do motywowania i kierowania zespołem. Ludzie często chwalą mnie za umiejętność przewodzenia grupie.
Determinacja - Nie poddaję się łatwo i dążę do celu mimo przeciwności. Ludzie cenią mnie za wytrwałość i konsekwencję.
Umiejętności techniczne - Mam zdolność do pracy z technologią i rozwiązywania problemów technicznych. Ludzie często proszą mnie o pomoc w kwestiach technologicznych.

Miejsce na Twoją odpowiedź:

Znajomość swoich talentów podniesie Twoją pewność siebie oraz skieruje Twoje działania na właściwe tory.



Jak możesz wykorzystać znajomość swoich talentów by pracować z lekkością?

1 **Przeanalizuj swoje codzienne obowiązki i zidentyfikuj zadania, które są kluczowe dla sukcesu Twojego biznesu.**

Zainspiruj się:

Kasia, sprzedaje swoje rękodzieło przez Instagram, zidentyfikowała kluczowe zadania, takie jak zarządzanie zamówieniami, tworzenie nowych produktów, marketing na mediach społecznościowych i obsługa klienta.

Miejsce na Twoją odpowiedź:

2 **Zastanów się, które talenty mogą najlepiej wspierać realizację poszczególnych zadań.**

Zainspiruj się:

Kasia ma talent **Osiąganie**, więc używa go do zarządzania zamówieniami oraz talentu **Odkrywczość** do tworzenia nowych produktów, co pozwala jej utrzymać wysoką produktywność. Jej talent **Czar** i **Empatia** pomagają jej w tworzeniu angażujących postów na mediach społecznościowych i w obsłudze klienta.

Miejsce na Twoją odpowiedź:

3 **Ustal priorytety dla swoich zadań i stwórz plan działania, który uwzględnia wykorzystanie Twoich talentów.**

Zainspiruj się:

Kasia ustala codzienne i tygodniowe cele, takie jak ilość nowych produktów do stworzenia czy liczba postów na mediach społecznościowych, i przypisuje do nich swoje talenty, aby maksymalnie wykorzystać swój potencjał. (**Aktywator** i **Empatia**)

Miejsce na Twoją odpowiedź:

4

Korzystaj z narzędzi i zasobów, które wspierają Twoje talenty i pomagają w efektywnym zarządzaniu zadaniami.

Zainspiruj się:

Kasia używa aplikacji do zarządzania zadaniami, takich jak Trello, aby śledzić postępy w swoich projektach (karmi jednocześnie swój talent **Osiąganie**, który kocha odhaczanie zadań). Używa również narzędzi do automatyzacji marketingu, aby planować posty na mediach społecznościowych (**Czar**).

Miejsce na Twoją odpowiedź:

Budowanie satysfakcji i poczucia sensu

Zrozumienie swoich talentów

Świadomość swoich naturalnych predyspozycji i mocnych stron może znacząco wpływać na zadowolenie z pracy. Kiedy osoby prowadzące działalność gospodarczą są świadome swoich talentów, mogą bardziej świadomie podejmować decyzje zawodowe, które są zgodne z ich naturalnymi zdolnościami.

Psychologiczne i emocjonalne aspekty pracy z talentami

Wykorzystywanie swoich talentów w codziennej pracy prowadzi do większego poczucia spełnienia i sensu. Kiedy praca jest zgodna z naszymi talentami, doświadczamy mniej stresu i więcej radości.



Budowanie satysfakcji i poczucia sensu

👉 **Zidentyfikuj codzienne zadania i obowiązki, które najlepiej pasują do Twoich talentów, i skoncentruj się na ich realizacji. Deleguj lub automatyzuj inne zadania, które nie są zgodne z Twoimi talentami.**

Zainspiruj się:

Marta, prowadząca agencję reklamową, używa swojego talentu **Strateg** do planowania kampanii marketingowych, podczas, gdy deleguje zadania administracyjne swojej WA,. Marta wykorzystuje tu wiedzę o sobie, że nie posiada w swoim TOP5 talentów domeny **Wykonywania**.

Miejsce na Twoją odpowiedź:

Ustal cele biznesowe, które są zgodne z Twoimi talentami. W ten sposób możesz maksymalnie wykorzystać swoje mocne strony do osiągania sukcesów.

Zainspiruj się:

Kasia, która sprzedaje swoje rękodzieło przez Instagram, wykorzystuje swój talent **Odkrywczość** do tworzenia unikalnych projektów biżuterii, co przyciąga klientów poszukujących wyjątkowych produktów.

Miejsce na Twoją odpowiedź:

👉 **Inwestuj w rozwój swoich talentów poprzez kursy, szkolenia i praktyczne doświadczenia, które pozwolą Ci jeszcze lepiej wykorzystywać swoje naturalne zdolności w pracy.**

Zainspiruj się:

Magda, która prowadzi firmę cateringową, uczestniczy w kursach kulinarnych, aby rozwijać swój talent Uczenie się i wprowadzać nowe, kreatywne dania do swojej oferty.

Miejsce na Twoją odpowiedź:

Głęboki proces 1:1 odkrycia swoich talentów z certyfikowaną trenerką Formuły Geniuszu

Formuła Geniuszu jest połączeniem głębokiej wiedzy Instytutu Gallupa z mądrością Twojego JA, Twojej Duszy. Podczas tej podróży odkryjesz, że nie jesteś po prostu jedną z wielu osób. Jesteś wyjątkową i niepowtarzalną duszą, posiadającą unikalny zestaw talentów, wartości i marzeń.

Dzięki lepszemu poznaniu swoich talentów umysłowych (Gallupa) dowiesz się :

- 👉 Jakie są Twoje unikalne talenty, które wyróżniają Cię z tłumu
- 👉 Jak efektywniej żyć pracować
- 👉 Jak wykorzystać swoje mocne strony, aby osiągnąć sukces

Talenty Duchowe to klucz do odkrycia Twojego prawdziwego celu i spełnienia w życiu. Dzięki odkryciu swoich talentów Duchowych zrozumiesz:

- 👉 Co Cię inspiruje i napędza
- 👉 Jaki masz wpływ na świat
- 👉 Jakie są Twoje priorytety
- 👉 Jakie jest Twoje powołanie w życiu

Odbierz swój Złoty Bilet

Z tym biletem Ty i Twoi znajomi
otrzymujecie 10% rabatu na pakiet sesji





DLA PACZKI 15% rabatu
na pakiet sesji
do niedzieli
02.06.2024!
Hasło: PACZKA

~~2.400 zł~~ 1.700 zł
oszczędzasz
700zł!

Umów się na bezpłatną i niezobowiązującą konsultację

https://bit.ly/sesja-mocy

ZOSTAŃMY W KONTAKCIE!

🙌❤️

Joanna Grzywacz

asia_grzywacz_strefa_odkryc

Asia Grzywacz - Strefa Odkryć

BONUS: Skrócony opis 34 talentów

Domena: Wykonywania (Executing)

Achiever (Osiąganie) - Osoby z tym talentem mają wrodzoną potrzebę osiągania celów. Pracują ciężko i wytrwale, czerpiąc satysfakcję z realizacji zadań.

Arranger (Organizator) - Osoby z tym talentem są elastyczne i potrafią efektywnie zarządzać różnymi elementami, by osiągnąć maksymalną wydajność.

Belief (Pryncypialność) - Ci, którzy posiadają ten talent, mają mocno zakorzeniony system wartości, który wpływa na ich decyzje i działania.

Consistency (Bezstronność) - Osoby z tym talentem dążą do równości i sprawiedliwości, tworząc jasne zasady i standardy.

Deliberative (Rozwaga) - Ci, którzy posiadają ten talent, są ostrożni i rozważni, unikając ryzyka przez dokładne analizowanie sytuacji.

Discipline (Dyscyplina) - Ci, którzy mają talent Dyscyplina, preferują rutynę i strukturę, lubią planować i organizować.

Focus (Ukierunkowanie) - Osoby z tym talentem ustalają priorytety i koncentrują się na nich, by osiągnąć wyznaczone cele.

Responsibility (Odpowiedzialność) - Ci którzy mają ten talent są niezawodni i dotrzymują zobowiązań, czują się zobligowani do realizacji zadań.

Restorative (Naprawianie) - Osoby z talentem Naprawianie uwielbiają rozwiązywać problemy, identyfikując i naprawiając wady i trudności.

Domena: Wywierania wpływu (Influencing)

Activator (Aktywator) - Aktywatorzy są inicjatorami, lubią wprowadzać idee w życie i mobilizować innych do działania.

Command (Dowodzenie) - Osoby z tym talentem mają naturalną pewność siebie i potrafią podejmować decyzje oraz przewodzić innym.

Communication (Komunikatywność) - Osoby z talentem Komunikatywność potrafią jasno wyrażać swoje myśli i idee, przyciągając uwagę słuchaczy.

Competition (Rywalizacja) - Osoby z talentem Rywalizacja pragną być najlepsi i motywują się porównywaniem swoich osiągnięć z innymi.

Maximizer (Maksymalista) - Maksymaliści skupiają się na doskonałości, pracując nad tym, co jest już dobre, by uczynić to jeszcze lepszym.

Self-Assurance (Wiara w siebie) - Osoby z tym talentem mają wiarę we własne umiejętności i pewność siebie, co daje im poczucie kontroli nad swoim życiem.

Significance (Poważanie) - Ci, którzy mają talent Poważanie, pragną być dostrzegani i cenieni, dążąc do pozostawienia trwałego wpływu.

Woo (Czar) - Ludzie z talentem Czar łatwo nawiązują kontakty i budują relacje, czując satysfakcję z poznawania nowych osób.

Domena: Budowania relacji (Relationship Building)

Adaptability (Elastyczność) - Osoby z talentem Elastyczność potrafią dostosować się do zmian i być w zgodzie z chwilą obecną.

Connectedness (Współzależność) - Ci, którzy mają talent Współzależność, wierzą, że wszystko jest ze sobą powiązane i starają się tworzyć harmonijne relacje.

Developer (Rozwijanie innych) - Osoby z tym talentem widzą potencjał w innych i czerpią radość z pomagania im w rozwijaniu swoich umiejętności.

Empathy (Empatia) - Osoby mające talent Empatia potrafią odczytywać uczucia innych i reagować na nie z wrażliwością.

Harmony (Zgodność) - Osoby z tym talentem dążą do unikania konfliktów i poszukują zgody i konsensusu.

Includer (Integrator) - Osoby z tym talentem dbają o to, aby każdy czuł się częścią grupy i był uwzględniany.

Individualization (Indywidualizacja) - Osoby mające talent Indywidualizacja potrafią dostrzegać unikalne cechy innych i personalizować swoje podejście do nich.

Positivity (Optymista) - Ludzie z talentem Optymista są entuzjastyczni i potrafią inspirować innych swoją energią i optymizmem.

Relator (Bliskość) - Osoby z talentem Bliskość cenią głębokie, autentyczne relacje i poświęcają czas na budowanie trwałych więzi.

Domena: Myślenie strategiczne (Strategic Thinking)

Analytical (Analityk) - Osoby z talentem Analityk myślą logicznie i podchodzą do problemów z perspektywy danych i faktów.

Context (Kontekst) - Osoby z tym talentem rozumieją przeszłość, co pomaga im w interpretacji teraźniejszych wydarzeń i podejmowaniu przyszłych decyzji.

Futuristic (Wizjoner) - Wizjonerzy mają wizję przyszłości i potrafią inspirować innych swoją perspektywą.

Ideation (Odkrywczość) - Osoby z talentem Odkrywczość uwielbiają generować nowe, kreatywne pomysły i koncepty.

Input (Zbieranie) - Ludzie z talentem Zbieranie lubią gromadzić informacje i zasoby, które mogą być przydatne w przyszłości.

Intellection (Intelekt) - Osoby z talentem Intelekt cenią głębokie myślenie i intelektualne dyskusje, lubią zgłębiać skomplikowane zagadnienia.

Learner (Uczenie się) - Ludzie z talentem Uczenie się mają pasję do nauki i rozwijania nowych umiejętności.

Strategic (Strateg) - Osoby z tym talentem potrafią przewidzieć przyszłe scenariusze i opracować strategie, które pozwolą osiągnąć długoterminowe cele.

Każdy z tych talentów wnosi unikalną wartość do zespołów i organizacji, pomagając w osiąganiu celów i realizacji misji.

Rozpoznanie i rozwijanie swoich mocnych stron pozwala na pełniejsze wykorzystanie swojego potencjału i osiąganie większych sukcesów.