

Ce știi să faci – și nici eu nu știu.

Bifează, scrie, alege. Nu există răspunsuri corecte – există doar ale tale.



Ioana Albulescu
Strateg de Sens Profesional

FIȘA 1 DIN 3

1

BIFEAZĂ CE ȚI SE POTRIVEȘTE

Ce faci bine sau cu plăcere? Alege câte vrei.

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ Explic lucruri pe înțelesul tuturor | ☐ Organizez și pun ordine | ☐ Construiesc sau repar lucruri |
| ☐ Conving și argumentez ușor | ☐ Am grijă de oamenii din jurul meu | ☐ Rezolv probleme rapid |
| ☐ Creez – desene, texte, muzică | ☐ Observ detalii pe care alții le scapă | ☐ Lucrez bine singur/ă |
| ☐ Coordonez echipe și proiecte | ☐ Găsesc soluții neconvenționale | ☐ Înțeleg oamenii și situațiile lor |
| ☐ Îmi place să cercetez și să aflu | ☐ Vând sau promovez idei ușor | ☐ Lucrez bine cu cifrele și datele |

2

DOUĂ COLOANE – FII SINCER/Ă

Scrie 3 activități care îți plac și 3 care te epuizează.

ÎMI DĂ ENERGIE

MĂ EPUIZEAZĂ

3

DIN EXPERIENȚA TA CONCRETĂ

Răspunde scurt – un exemplu real e mai valoros decât un răspuns perfect.

Când ai ajutat pe cineva și a ieșit bine – ce ai făcut?

La ce materie sau activitate uiți de timp când lucrezi?

4

CE SPUN ALȚII DESPRE TINE

Uneori alții ne văd mai clar decât ne vedem noi. Ce ți-au spus?

FAMILIA SPUNE CĂ SUNT
BUN/Ă LA...

PRIETENII VIN LA MINE CÂND
AU NEVOIE DE...

UN PROFESOR MI-A SPUS CĂ
ȘTIU SĂ...

5

CONCLUZIA TA

Completează propozițiile de mai jos – primul lucru care îți vine în minte.

Un lucru pe care îl fac bine și alții îl cer de la mine este _____

Dacă aș putea face ceva în fiecare zi, ar fi _____

Un pas mic pe care îl pot face săptămâna asta este _____

Păstrează această foaie. Peste 6 luni, recitește-o – vei vedea cât de mult ai știut deja.