



Ján Vzor
LUMINA SPARK PORTRÉT
INŠPIRATÍVNY A PRAKTICKÝ INDIVIDUÁLNY ROZVOJ

Obsah portrétu

Obsah portrétu	2
Úvod	3
Ako používať štyri farebné archetypy	4
Vaše používanie štyroch farebných archetypov	5
Vašich osem aspektov farebnej mandaly	11
Vaša farebná mandala	12
Váš vnútorný Spark	13
Mandala kvalít	16
Vaše silné stránky a možné slabé stránky	17
Dva citáty pre vašu inšpiráciu	18
Tri pohľady na to, kto ste	19
Pozície vašich troch osobností	20
Vaše tri osobnosti	21
Váš archetyp podľa osobností	22
Vaše Prirodzené kvality	23
Vaše Každodenné kvality	24
Vaše Prehnané kvality	25
Vašich 24 kvalít detailne	26
Hodnota rôznorodosti	27
Práca s vaším protikladom	28
Rozpoznanie podobností v ostatných	29
Práca s vaším zrkadlovým obrazom	30
Vaše komunikačné preferencie	31
Ako vytvoriť vysokovýkonný tím	33

Úvod

Medzi stimulom a odpoveďou je priestor. V tomto priestore je vaša sila zvoliť si svoju odpoveď. Vo vašej odpovedi leží váš rast a sloboda.

Viktor Frankl

Zámerom tohto portrétu je pomôcť vám lepšie sa spoznať a pochopiť svoje správanie. Tieto poznatky môžete využiť na to, aby ste vedeli efektívnejšie dosahovať ciele a zlepšili svoju komunikáciu s ostatnými.

Základom tohto prístupu je dotazník, ktorý meria rôzne aspekty vášho správania. Portrét, založený na rokoch psychologického výskumu, vám ponúkne niektoré indikátory vášho vystupovania, potvrdí vaše silné stránky a identifikuje správanie, ktorým sa občas prejavujete. Toto robí rozdiely medzi vašim správaním a vašou motiváciou.

Nalad'ite sa

Najskôr veľmi dôležité základné pravidlo: toto je dôverná informácia. Mala by napomôcť vášmu rozvoju; podel'te sa s ňou s tými, ktorým dôverujete.

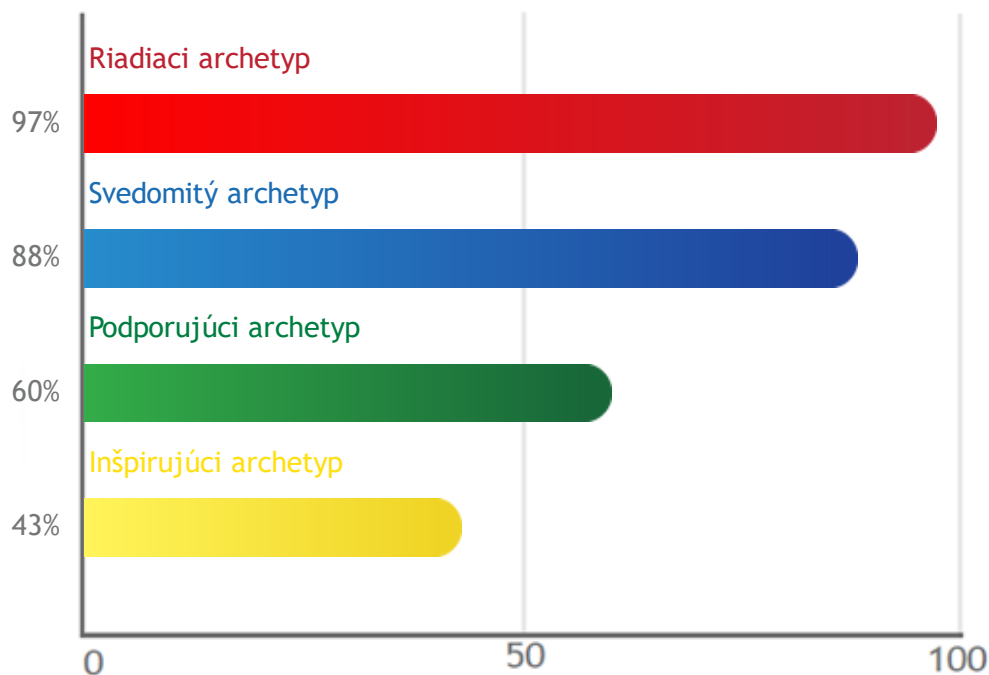
Bud'te otvorený spätnej väzbe v tomto portréte - zámerom je pomôcť vám urobiť pozitívne zmeny.

V portréte sa sústreďte na tie zistenia, o ktorých si myslíte, že by naozaj mohli pomôcť vášmu rozvoju. Pozerajte sa na to ako na príležitosť pracovať na svojom zlepšení.

Keď budete čítať svoj portrét, je dôležité pamätať na to, že žiadna kvalita nie je dôležitejšia ako druhá. Každý váš aspekt sa môže ukázať ako kľúčová sila, závisiaca od toho, kedy a v akej situácii ste sa ocitli. Tento portrét nie je súdením toho, kto ste; je to jednoducho sprievodca vašim sebapoznáním, aby ste spoznali svoje silné stránky a možné oblasti vášho rozvoja v blízkej budúcnosti.

Ako používať štyri farebné archetypy

Vaše štyri farebné archetypy:



Používanie riadiacej Červenej farby je u vás na prvom mieste. Máte veľmi energický spôsob práce a rád povzbudzujete ľudí okolo seba, aby držali krok s tempom, ktoré ste nastavili. Ste racionálny človek a často siahate k svojej Červenej energii, aby ste objektívne zhodnotili situáciu. Takisto používate dosť veľa svedomitej Modrej energie. Ostatní ľudia rozpoznávajú váš puntičkársky zmysel pre detail a dôležitosť, ktorú prikladáte presnosti. Dodržiavate svoje sľuby a dohody. Vaše slovo je záväzok, ktorý zriedkakedy porušíte. Vaša tretia farba archetypu je podporujúca Zelená. Radšej sa vyhýbate konfrontácii a hľadáte kompromisy, aby ste udržali harmóniu v skupine. Dobre zvládajte byrokratické prekážky, aby ste pokročili v práci. Vašu štvrtú farebnú energiu, inšpirujúcu Žltú, príliš nevyužívate. Máte rád príležitosti pre vytvorenie nových priateľstiev. Používate konečné termíny splnenia úloh na poslednú chvíľu ako výzvu k akcii.

Primárne využívate váš Červený archetyp.



Vaše kľúčové Červené silné stránky sú:

- Stanovujete si náročné ciele a aj ich dosahujete
- Dokážete byť objektívnym a racionálnym hlasom logiky
- Držíte sa svojho názoru a neobávate sa konfliktu

Niekedy môžete používať príliš veľa Červenej:

- Máte tendenciu sústrediť sa na kontrolu všetkého v tíme
- Niekedy je pre vás ťažké odpustiť

Niekedy môžete používať málo vašej Červenej:

Pri vyplnení dotazníka ste nezaznamenali, že používate málo Červenej energie

Viac o vašom Červenom archetype:

Ján, je pre vás potešením nadšene a cieľavedome pracovať na svojich cieľoch. Nie je pre vás nezvyčajné dať si veľmi ambiciózne ciele, ktoré môžu byť za hranicou toho, čo ostatní vnímajú ako pohodlne dosiahnuteľné. Avšak vy nemáte žiadny problém dosiahnuť tento štandard, ktorý ste si sám nastavil.

Keď ste pod tlakom, zriedka máte problém s vytrvalosťou. Pravdepodobne budete súhlasiť s Thomasom Edisonom, ktorý raz povedal: "Génus spočíva z 1% inšpirácie a z 99% potu. Nikdy som nič hodnotné nevytvoril náhodou a ani žiadny môj vynález nevznikol náhodou. Všetko vzniklo prácou." Veríte v tvrdú prácu, pri ktorej sa zapotíte a zrejme vám budú vadit' kolegovia, ktorí nemajú až takú silnú pracovnú morálku.

Ján, môžu vás poznať ako človeka, ktorý je ochotný iných podráždiť a dokonca aj urobiť kompromisy v kvalite, len aby sa stihol termín. V konečnom dôsledku, dokončenie práce a dosiahnutie vašich cieľov je pre vás veľmi dôležité a nestrpíte hlupákov. Máte naozaj málo času pre tých, ktorí nezdediajú vaše ambície a zanieťenie.

Váš druhý archetyp je Modrá.



Vaše kľúčové Modré silné stránky sú:

- Uspokojujú vás opakujúce sa požiadavky, ktoré si vyžadujú vysokú úroveň presnosti.
- Veríte, že je dôležité dodržiavať časový rozvrh a svoj časový menežment beriete veľmi vážne.
- Snažíte sa zachovávať jednoduchosť vecí a vyhýbate sa komplikovaným záležitostiam.

Niekedy môžete používať príliš veľa Modrej:

- Je pre vás ťažké pochopiť ľudí, ktorí sa zaviažu k niečomu neurčitému.
- Svojim upínaním sa na pravidlá a procedúry sa môžete stať príliš skostnatým.

Niekedy môžete používať málo vašej Modrej:

- Vaši organizovanejší priatelia si môžu myslieť, že nie ste dostatočne organizovaný.
- Iní ľudia vás môžu posudzovať ako neorganizovaného vo svojich pracovných metódach.

Viac o vašom Modrom archetype:

Poznajú vás ako človeka, ktorý rád narába s faktami a solídnyimi dôkazmi. Cítili by ste sa neprijemne, ak by ste boli nútený robiť rýchle rozhodnutia bez nevyhnutnej korektnosti získaných informácií. V terminológii Lumina Learning zvykneme na opísanie tohoto prístupu použiť výraz "založený na dôkazoch" (tento výraz sa stal známym z farmaceutického prostredia - pochádza z výrazu "medicína založená na dôkazoch").

Je pre vás prirodzené otestovať svoje porozumenie proti obrovskému množstvu dôkazov. Nerád dôverujete "dobrým nápadom" alebo dokonca "odôvodnenej logike" iných, pokiaľ to nemôžete podložiť adekvátnymi dôkazmi. Často sa ocitáte v situácii, keď vynakladáte oveľa viac energie na zhromažďovanie informácií ako vaši kolegovia.

Ak potrebujete vyriešiť zložitý problém, vždy chcete začať otázkou "Kde sme teraz?" a "Aké sú fakty?" Ste človek, ktorý začína údajmi a na ich podklade stavia racionálne argumenty.

Váš tretí archetyp je Zelená.



Vaše kľúčové Zelené silné stránky sú:

- Vážne pracujete na tvorbe harmonických vzťahov.
- Nemáte rád formálne postupy a máte pocit, akoby vám stáli v ceste za úspechom.
- Viete, ako držať svoje emócie pod kontrolou.

Niekedy môžete používať príliš veľa Zelenej:

- Je vám ťažko otvárať sporné záležitosti a máte tendenciu vyhýbať sa konfliktom.
- Vaša starosť o pocity iných ľudí môže zahmlieť vašu schopnosť robiť racionálne rozhodnutia.

Niekedy môžete používať málo vašej Zelenej:

- Nie vždy si užívate spoluprácu s inými.
- Niekedy vás ostatní považujú za človeka, ktorý neberie do úvahy ich pocity a ktorému chýba súcitiť.

Viac o vašom Zelenom archetype:

Ste známy svojimi diplomatickými zručnosťami a schopnosťami uhladiť potencionálny konflikt skôr, ako sa objaví. Tento talent podporujete svojou silnou vnútornou túžbou po mieri a harmónii vo všetkých vašich vzťahoch. Ak sa ľudia okolo vás začnú hádať, váš vnútorný hlas vám hovorí "nehádajte sa - poďme ďalej"! Táto vnútorná túžba prispôbiť sa a pomôcť ostatným z vás robia ideálneho tímového hráča.

Ste oddaný tímu, v ktorom pracujete a svojim zákazníkom a/alebo partnerom poskytujete vynikajúce služby. Avšak vaša snaha poslúžiť iným môže znamenať, že nedokážete povedať "nie". To vás mohlo v minulosti priviesť do ťažkostí, pretože to vedie k preťažovaniu množstvom záväzkov a zbytočne veľkému tlaku na vás, aj vašich kolegov.

Archetyp, ktorý používate najmenej, je Žltá.



Vaše kľúčové Žlté silné stránky sú:

- Vždy máte čím prispieť do konverzácie.
- Rád rozmýšľate za pochodu.
- Váš vynachádzavý postoj dokáže zachytiť príležitosti, ktoré si iní nevšimnú.

Niekedy môžete používať príliš veľa Žltej:

- Ak prejavujete nadšenie zo všetkého, môžete stratiť požadovaný vplyv vtedy, keď na ňom naozaj záleží.
- Niekedy hovoríte viac ako vaši kolegovia.

Niekedy môžete používať málo vašej Žltej:

- Niekedy sa snažíte interpretovať udalosti bez plného pochopenia situácie.
- Cítite sa ohrozený nápadmi, ktoré narušia vašu rutinu.

Viac o vašom Žltom archetype:

Nemáte problém zoznamovať sa s novými ľuďmi; považujú vás za srdečného a priateľského. Vlastne je pre vás komunikácia s ľuďmi veľmi jednoduchá vďaka skutočnosti, že aj vás to nabíja energiou. Ste vo svojom živle, ak sa jedná o zdieľanie informácií o vás a ste rád, ak to ostatní opätujú.

Rád ovplyvňujete ľudí v rozhovoroch a viete byť dosť presvedčivý. Pravdepodobne vás teší neformálne pomáhať druhým a a viete, že vám ju asi niekedy v budúcnosti oplatia. Môže sa však stať, že váš spoločenský prístup nie je vždy pozitívne prijatý tými tichšími a uzavretejšími.

V skupinovej situácii máte tendenciu k zhovorčivosti. V skutočnosti, ak je niekto príliš pomalý pri odpovedi na vaše otázky, máte "dar" dokončiť vetu za neho. Preto je potrebné, aby ste sa snažili zapojiť svoju schopnosť počúvať. Váš prirodzený prístup je rozmýšľať nahlas, čo môže frustrovať niektorých introvertnejších ľudí (ktorí si najprv všetko premyslia).

Doporučenia pre posilnenie vašich 4 archetypov

Riadiaca Červená

Na základe vyplnenia vášho dotazníka nevyzerá, že je potrebné viac využívať váš Červený archetyp

Svedomitá Modrá

- Pripravte si efektívny dokumentačný systém, ktorý vám bude fungovať a pomôže vám k lepšej organizovanosti.
- Keď budete venovať viac času počiatočným plánovacím aktivitám, z dlhodobého hľadiska ušetríte čas.

Podporujúca Zelená

- Bud'te uznanlivejší a oceňujte viac prínos a silné stránky iných.
- Bud'te ochotný vidieť veci z perspektívy niekoho iného - nájdite si, čo znamená 'empatické načúvanie' a určite sa niečo naučíte.

Inšpirujúca Žltá

- Neobmedzujte možnosti, ktoré ponúkajú nové nápady ich okamžitým odsúdením alebo cenzúrou.
- Keď hľadáte riešenia, pokúste sa o nový prístup.

Doporučenia zmierniť vaše 4 farby

Riadiaca Červená

- Vyvážte rozprávanie o vlastných úspechoch ocenením úspechov iných
- Pokúste sa nájsť rovnováhu medzi časom dodania a kvalitou výsledného produktu

Svedomitá Modrá

- Svoj skepticizmus využite na povzbudenie zdravej diskusie, ale uveďte si, kedy sa stiahnuť a dať priestor dobrým myšlienkam iných.
- Akceptujte, že udalosti na poslednú chvíľu môžu narušiť aj tie najlepšie plány - dajte ostatným vedieť, že ste v takomto prípade ochotný byť flexibilný.

Podporujúca Zelená

- Neskrývajte svoj prínos - buďte ochotný nárokovat' si to, čím ste tímu prispeli.
- Pochopte, že nemôžete vždy každému vyhovieť - buďte ochotný udržať vašu prirodzenú empatiu v rovnováhe so smelosťou a 'chrbtovou kosťou'.

Inšpirujúca Žltá

- Vašu túžbu rozprávať použite na zapojenie ostatných do rozhovoru.
- Budujte tímovú energiu zapájaním tichších členov skupiny.

Vašich osem aspektov farebnej mandaly

Ján, na ďalšej strane je vaša farebná mandala, ktorá ukazuje 8 aspektov vášho správania.

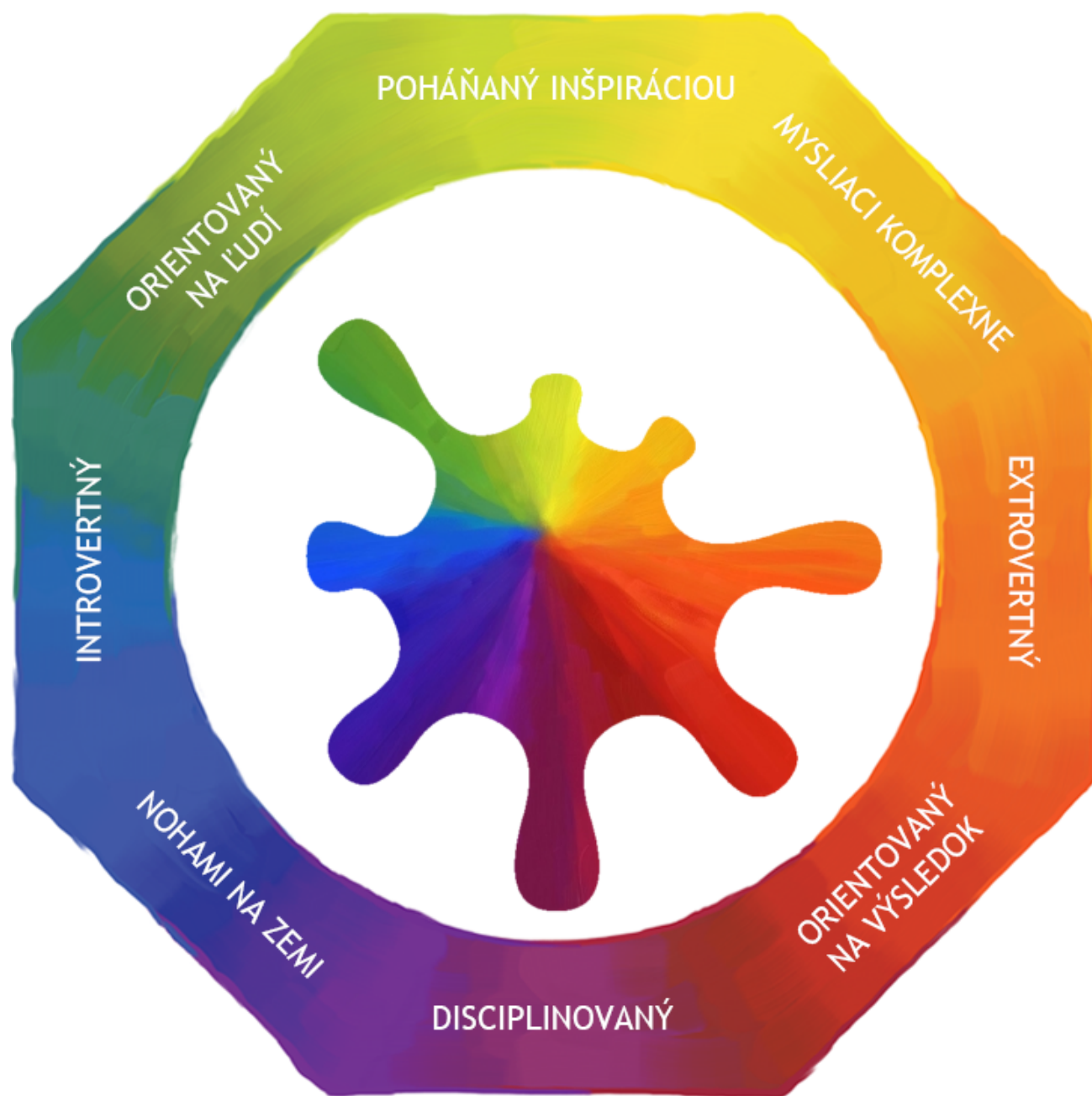
Mandala (1) na nasledujúcej strane je farebné znázornenie, potrebné k pochopeniu kľúčových rozdielov medzi jednotlivcami. Môžete na nej vidieť svoje farebné skóre pre všetkých osem aspektov správania sa.

Orientovaný na výsledok



(1) Slovo 'mandala' znamená v Sanskrite 'kruh'. V rôznych kultúrach sa po stáročia používal symbol kruhu, často vo forme malieb, aby pomohol ľuďom odpovedať na otázku: 'Kto som?'. Známy švajčiarsky psychológ Carl Jung povedal: 'Viem, že keď som objavil mandalu ako vyjadrenie samého seba, zistil som, čo tvorí moju podstatu'.

Ján Vzor - Vaša farebná mandala



Oživte svoj Splash, jednoducho naskenujte kód na zadnej strane pomocou aplikácie Lumina Splash!



Q Lumina Splash



Váš vnútorný Spark

Považujú vás za človeka, ktorý svoje zodpovednosti berie veľmi vážne. Ste veľmi spoľahlivý človek; ostatní vedia, že vždy stojíte za svojimi sľubmi. Zriedka meškáte a nemáte dobrú mienku o kolegoch, ktorí sami nezvládajú základnú presnosť.

Nezaviazete sa k niečomu ľahko a pokiaľ to urobíte, očakávate, že vás budú brať vážne. Keď to vyžaduje váš čas, starostlivo sa rozhodujete, k čomu sa zaväzujete a vedome zvažujete, či požiadavku prijmete alebo ju ešte prediskutujete. Keď ste si istý, že sa tomu môžete venovať, urobíte všetko pre to, aby ste dodržali termín. Pevne stojíte za svojim záväzkom a vynaložíte všetku svoju sebadisciplínu, ktorú si splnenie požiadavky vyžaduje.

Abstraktne myslíaci
Spolupracujúci
Konkrétne myslíaci
Založený na dôkazoch
Prejavujúci sa Inovatívny
Taktný Opatrný
Rozvážny Flexibilný
Štruktúrovaný
Spontánny Priamy
Logický
Pozorujúci
Spoločenský Zameraný
Rezervovaný Načúvajúci
Ovplyvňujúci Súťaživý
Empatický
Adaptabilný

Váš vnútorný Spark

Ako oddaný a snaživý zamestnanec beriete manažment svojho času veľmi vážne. Viete, že dobrý časový manažment je podstatný, aby ste si boli istý, že ste schopný splniť požiadavku. Vážite si svoju povest' spoľahlivého človeka a cítite sa veľmi motivovaný udržať si ju.

Máte tendenciu dostať sa do sporu s tými, ktorí si radi nechávajú veci na poslednú chvíľu. Beriete to osobne a frustruje vás, ak vám niekto alebo niečo zabráni v splnení sľúbeného a to aj v prípadoch, keď je to niečo úplne mimo vašej kontroly. Vaša nevôľa porušiť záväzky môže byť niekedy problémom, pretože je natolko silná, že sa dostávate do veľkého stresu, keď sa náhle zmení záverečný termín alebo sa zmenia okolnosti. Zvyčajne sa to však nestáva, pretože v prvom rade sa snažíte využiť všetky príležitosti, aby ste minimalizovali riziko, že sa to stane.

Vaša schopnosť byť priamy a nekompromisný môže byť často užitočná pri riešení náročných situácií. Kde iní budú odkladať riešenia, vy vidíte dôležitosť prejsť priamo k meritu veci a zaručiť rýchle jednanie. Je to podstatné, pretože je veľa situácií, v ktorých je váhavosť rovnako nebezpečná ako nečinnosť.

Keď čelíte výzvam, ste skutočne schopný zaujať tvrdý a neústupný postoj. Často ste otvorený a budete hájiť svoju pozíciu silou, nepripúšťajúc iný pohľad na vec. Nedržíte sa v ústraní, ani nezmierňujete svoje správanie, aby ste sa vyhli konfliktu.

Niektoré konflikty vnímate ako dobrú vec; viete, že môžu pomôcť vyčistiť vzduch a uviesť si veci, ktoré neboli vypovedané. Myslíte si, že bez ohľadu na výhrady skupiny voči takémuto postupu, lepšie je vyniesť ich na svetlo, než utlmiť a nechať kvasiť. Neľahko odpúšťate tým, ktorí vás sklamali a ak vás niekto nahnevá, určite mu to dáte vedieť. Dobre si uvedomujete riziko, ktoré vzniká, keď sa ľuďom hovorí len to, čo chcú počuť, aby boli spokojní.

Kolegovia, ktorí preferujú prispôsobivejší prístup môžu niekedy považovať vaše správanie za agresívne a mocenské. To, čo vy vnímate ako priame a k veci, iní môžu vnímať ako nepriateľské. Spravidla nemáte v úmysle vyvolať konflikt a tajne si želáte, aby ostatní na oplátku reagovali na vaše priame spôsoby úprimnosťou. Niekedy si prajete rýchlejší spôsob odkomunikovania cieľov, bez zbytočných príkras a konverzácií.

Váš vnútorný Spark

Komunikácia

Rečou svojho tela a gestami výrazne vyjadrujete svoje postoje.

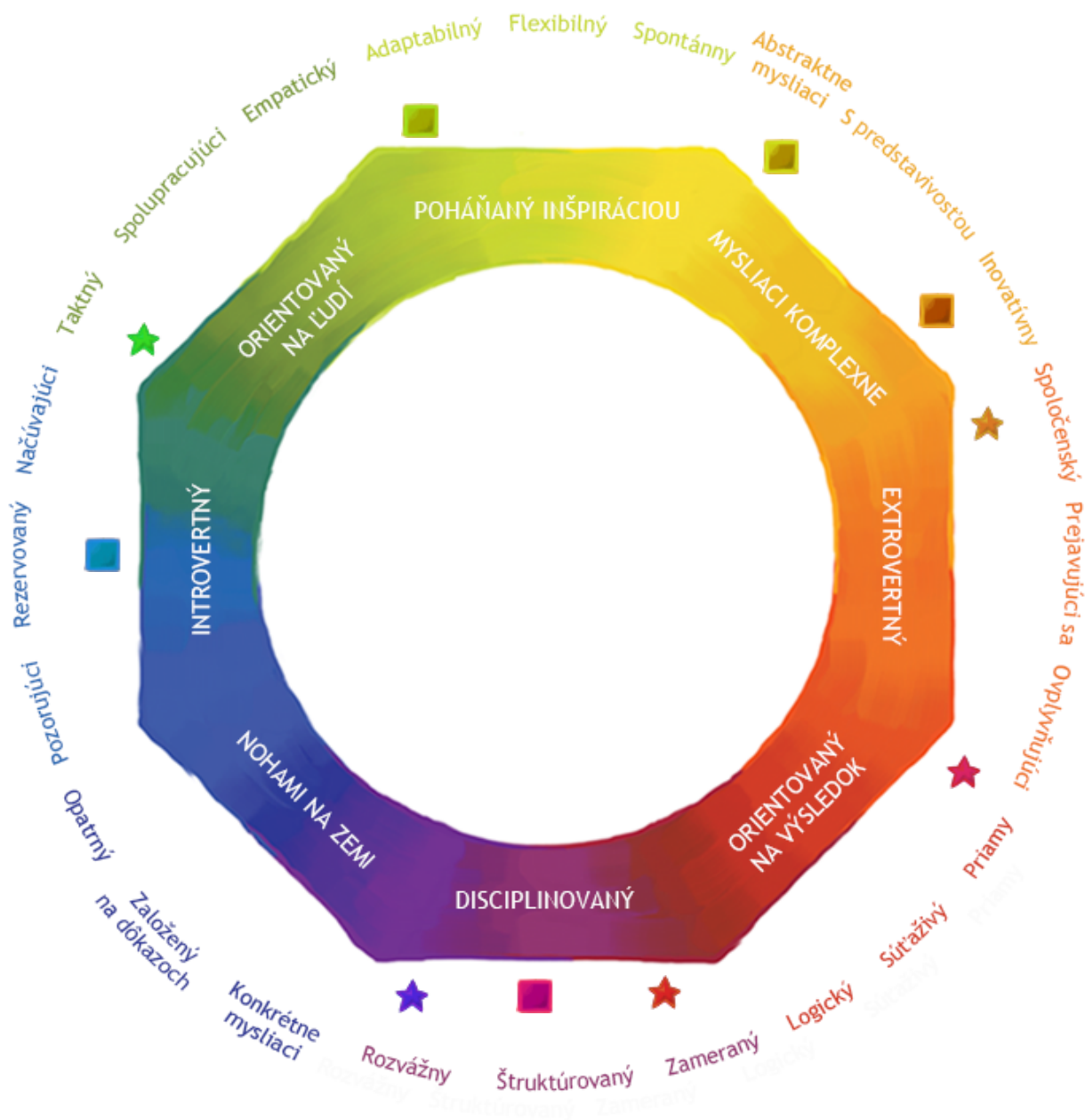
Do diskusie prispievate až po analyzovaní situácie. Kým sa o svoj názor podelíte, dobre ho zvážite.

V diskusii delegujete a určujete ľuďom ich úlohy. Máte rád, ak majú všetci jasné úlohy, aby sa predišlo nejasnostiam. Zároveň vám to uľahčí zorientovať sa, s kým máte komunikovať.

Štýl vedenia a práca s ostatnými

Ako líder kladiete veľkú dôležitosť na skupinovú harmóniu. Snažíte sa vyhnúť konfliktu a pre udržanie pokoja urobiť všetko, čo je vašich silách v prípade, že by konflikt mohol nastať. Tí, ktorí s vami pracujú, môžu povedať, že kamarátstvo pre vás predstavuje veľkú hodnotu a to môže skupinu často spojiť. Ste celkom tolerantný človek; ľudí to môže inšpirovať, aby spolu s vami usilovnejšie pracovali, pretože si vážia dôveru, ktorú im preukazujete.

Mandala kvalít



V dotazníku ste sa 'prihlásili' k mnohým kvalítam. Symbol ★ označuje top 5 najsilnejších kvalít. Sú tu aj ďalšie kvality, ku ktorým ste sa neprihlásili. Symbol ■ označuje 5 kvalít, ktoré ste označili ako najslabšie.

Vaše silné stránky a možné slabé stránky

Ján, vaše prirodzene silné stránky sú:

- Máte úžasné oko pre detail a viete to dobre využívať. Ste veľmi dôkladný a len málo vecí unikne vašej pozornosti.
- Pracujete veľmi motivovaným spôsobom. Tlačíte tvrdo seba aj tých okolo vás do splnenia prísnych termínov. Robíte to, aby ste otestovali sám seba a dotlačili tím k najlepšiemu výsledku.
- Je pre vás veľmi dôležité, aby vás iní ľudia vnímali ako dôveryhodného. Myslíte si, že dôvera je hodnotná vec, ktorú je možné získať a nechcete riskovať, že by ste o ňu prišli nedodaním vecí v termíne.

Tu sú niektoré z vašich možných slabých stránok:

- Keď si niečo rozvážne premyslíte a potom dáte svoje slovo, že to urobíte, môže vás časový manažment úplne posadnúť. Toto zameranie sa na splnenie cieľov môže viesť k nerealistickým požiadavkám kladeným na vás, ako aj na tých, s ktorými pracujete.
- Podstupujete reálne riziko v tom, že sa snažíte uspokojiť všetky zúčastnené strany, ale v podstate nevyhoviete nikomu, ani sebe samému. Hľadaním kompromisov v každej situácii riskujete, že budete sklamaný.

Niektoré odporúčané metódy rozvoja:

- Ak výsledkom vašich pôvodných plánov je, že nie ste schopný zvládať tlaky z neočakávaných problémov, potrebujete nájsť alternatívne spôsoby dosiahnutia svojich cieľov. Ak sú vaše ciele nerealistické, prijmite tento fakt a pohnite sa smerom k tým dosiahnuteľnejším.
- Chopte sa príležitosti podporovať zmenu, keď vidíte, že je potrebná. Žiaden systém nie je dokonalý alebo nevylepšiteľný, preto hľadajte spôsoby pre zdokonalenie toho, v ktorom sa nachádzate.

Dva citáty pre vašu inšpiráciu

Bol dôveryhodný... Preto ho ľudia nasledovali. - Dennis McNally

Uvedomujete si, aké je dôležité byť dôveryhodný a rád vidíte túto kvalitu aj v sebe samom. Viete, že keď dáte svoje slovo a zaviazete sa niečo urobiť, urobíte to a splníte. Viete, že ľudia si to ctia, lebo to znamená, že môžu dôverovať vašej čestnosti a oddanosti. Keď si ľudia navzájom dôverujú, pracujú efektívnejšie a rôzne elementy rozsiahleho tímu sa zomknú okolo dôveryhodného lídra.

Nie je to ten najsilnejší zo svojho druhu kto prežije, ani to nie je ten najinteligentnejší kto prežije. Je to ten, kto sa najlepšie prispôsobí zmene. - Charles Darwin

Niekedy veci nejdú dobre a nezáleží na tom, ako dôkladne ste ich naplánovali. Vtedy sa musíte rozhodnúť, či sa budete ďalej držať starého a známeho alebo zmeníte spôsoby. Možno vám zmena nie je príjemná, ale ak budete lipnúť na svojich predstavách o chode vecí miesto toho, aby ste čelili súčasnej realite, riskujete, že zostanete pozadu.

Tri pohľady na to, kto ste

Vaše tri osobnosti

V nasledujúcich častiach sa ponoríme hlbšie do vašej osobnosti. Doteraz sme prezentovali informácie získané zo všetkých troch vašich osobností, aby sme vám poskytli celkový obraz o tom, kto ste. Teraz vás budeme skúmať detailnejšie. Väčšina ľudí pozná svoju Prirodzenú osobnosť a Každodennú osobnosť. Je to preto, že celkom ľahko dokážete rozpoznať svoju motiváciu a každodenné správanie.

Je tu však tretia osobnosť, vaša Prehnaná osobnosť. Táto osobnosť sa prejavuje, keď ste pod veľkým tlakom okolností a je viditeľná podľa toho, ako reagujete v kontakte s ľuďmi, keď sa situácia stáva náročnejšou.

Veríme, že vám poskytneme hlbšie pochopenie vašich osobností. Aby sme to dosiahli, rozdelíme ich na tri odlišné položky. To vám poskytne hlbšiu spätnú väzbu o tendenciách, ktoré sa odhalia a toho, či sú nejaké oblasti, ktoré môžete posilniť.



Vaša Prirodzená osobnosť

- Toto je vaše najprirodzenejšie ja
- Táto osobnosť vás motivuje
- Túto osobnosť nedovolíte vidieť každému



Vaša Každodenná osobnosť

- Takto sa zvyknete správať
- Tento typ osobnosti naznačuje, ako vás môžu vnímať ostatní ľudia
- Túto osobnosť možno vedome používate, keď sa chcete prispôbiť svojmu pracovnému prostrediu.



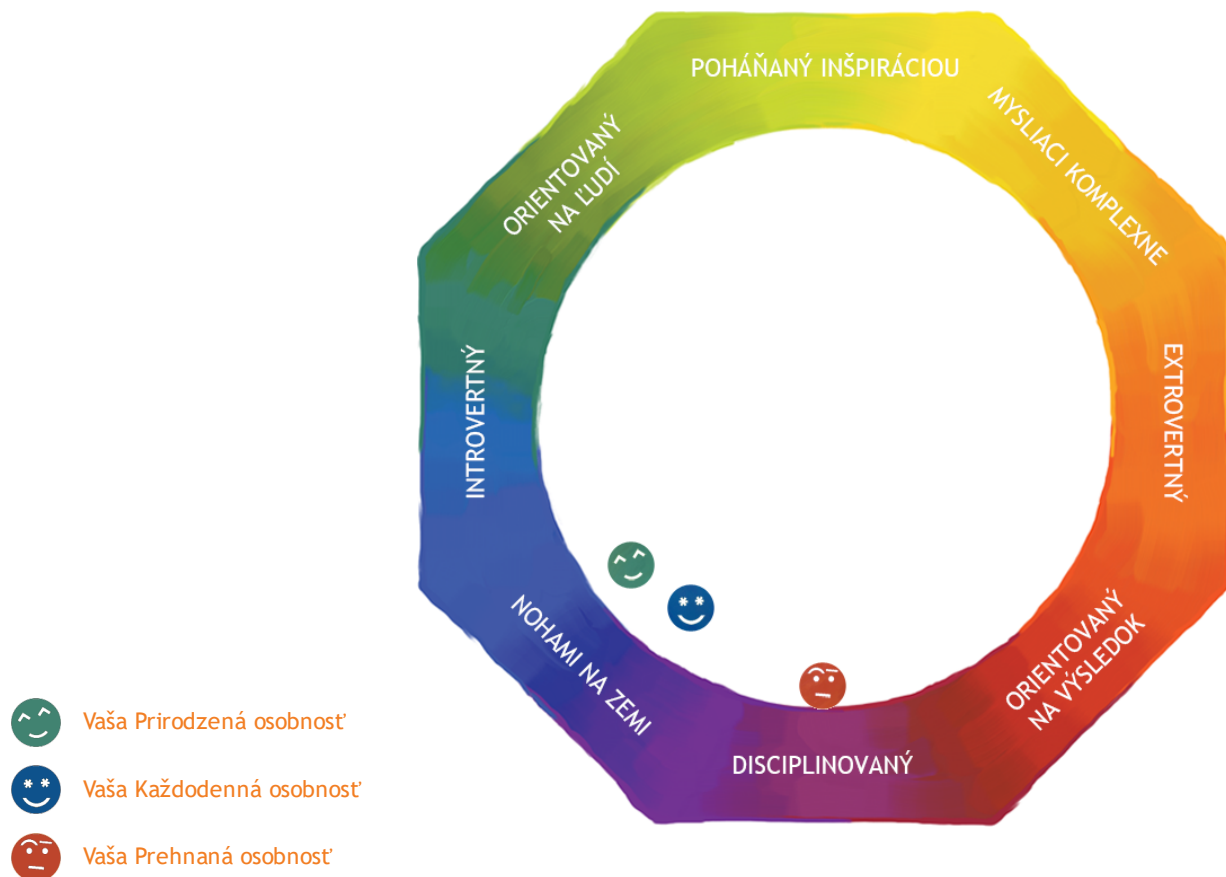
Vaša Prehnaná osobnosť

- Toto ste vy, keď ste v zát'aži
- Alebo ako reagujete na neočakávané situácie
- Táto osobnosť sa môže prejaviť nevedome

Pozície vašich troch osobností

Vaše tri osobnosti v mandale

- Ján, preferujete používanie aspektu Nohami na zemi farebnej energie Zelená prepojené s aspektom Introvertný a Orientovaný na výsledok.
- Ján, najčastejšie používate aspekt Nohami na zemi farebnej energie Modrá prepojené s aspektom Disciplinovaný a Extrovertný.
- Ján, keď sa objaví vaša Prehnaná, je zrejme, že používate viac aspekt Disciplinovaný farebnej energie Červená prepojené s aspektom Extrovertný a Orientovaný na ľudí.



Vaše tri osobnosti



Vaša Prirodzená osobnosť

Ján, preferujete používanie aspektu Nohami na zemi farebnej energie Zelená prepojené s aspektom Introvertný a Orientovaný na výsledok.

Rád trávite čas v skupine ľudí, ktorých už dlhšiu dobu poznáte. Páči sa vám poznanie, že väzby, ktoré s nimi máte, sa nejaký čas budovali a že tým ľuďom dobre rozumiete. Rád si najprv zrovnáte fakty a až potom robíte závery. Tiež rád zažijete veci na vlastnej koži a až potom ich posúdite. Podania z druhej ruky alebo intelektuálne dohady majú pre vás malú váhu, ak nie sú podložené empirickou skúsenosťou.



Vaša Každodenná osobnosť

Ján, najčastejšie používate aspekt Nohami na zemi farebnej energie Modrá prepojené s aspektom Disciplinovaný a Extrovertný.

Je pre vás prirodzene ťažšie pristupovať k veciam uvoľnene. Vaše pracovné prostredie si však môže vyžadovať neformálnejší prístup. Môžete dokonca zistiť, že takýto prístup môže mať pre vás aj výhody, pretože vedie k menšiemu stresu a neočakávané problémy môžete riešiť uvoľnene. Nie vždy vám veci vyhovujú tak, ako sú. Napriek tomu často zisťujete, že je lepšie pracovať v rámci statusu quo, než mŕňať čas hľadaním spôsobu, ako ho obísť. Hoci to nie je vaša osobná priorita, ostatní vás vidia ako tradičného človeka, ktorý je pomerne odolný voči zmenám.



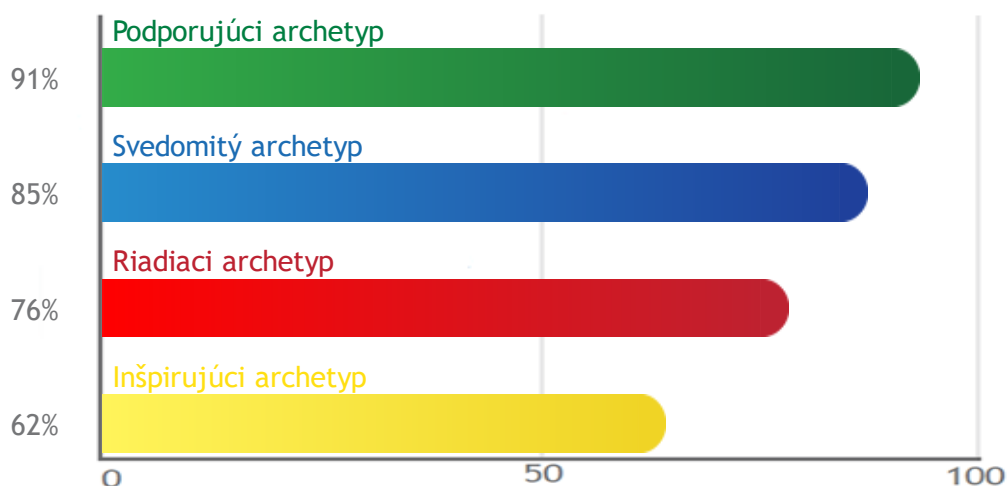
Vaša Prehnaná osobnosť

Ján, keď sa objaví vaša Prehnaná, je zrejmé, že používate viac aspekt Disciplinovaný farebnej energie Červená prepojené s aspektom Extrovertný a Orientovaný na ľudí.

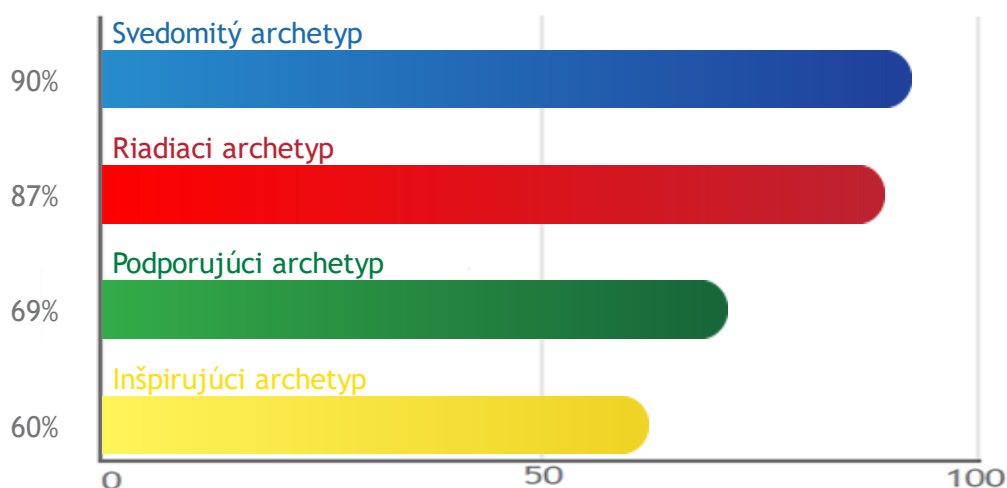
Zvyčajne netúžite po riadení tímu. Avšak keď vidíte, že veci nejdú dobre, často zasiahnete a osobne prevezmete kontrolu nad celým procesom. Ak dovolíte, aby sa vám táto potreba kontroly vymkla z rúk, pravdepodobne ešte viac veci spomalíte, keďže sa budete pokúšať riadiť veci na mikro, a teda nerealistickej úrovni. Len málo ľudí by o vás tvrdilo, že obhajujete systematický prístup typu krok za krokom. Ale ak máte niekoľko konečných termínov blízko seba, môžete sa stať posadnutým striktným dodržiavaním časových harmonogramov.

Váš archetyp podľa osobností

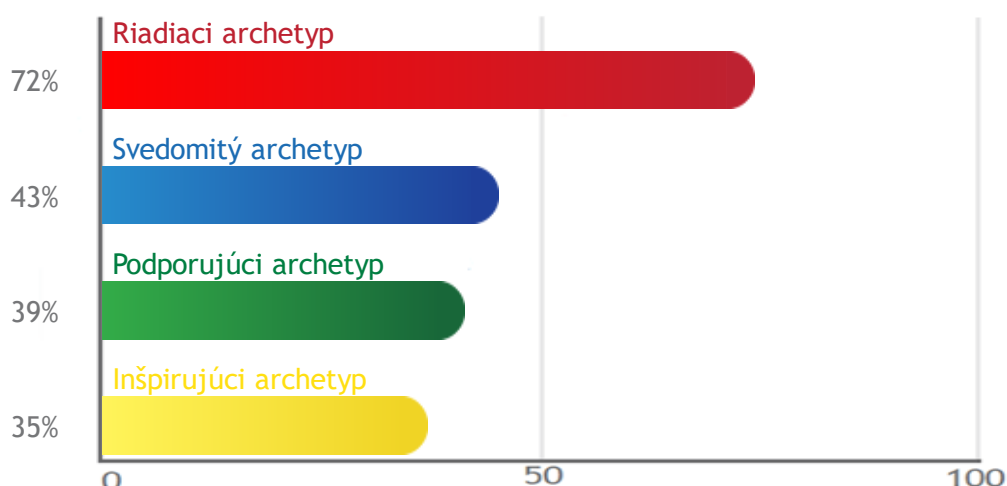
Prirodzená



Každodenná



Prehnaná



Vaše Prirodzené kvality



24 kvalít, ktoré tvoria Prirodzenú osobnosť



Percentuálny podiel naznačuje, kde sa podľa skóre nachádzate vzhľadom na všeobecnú pracovnú populáciu. Napríklad, skóre nad 50% vás umiestňuje do hornej polovice populácie.

Načúvajúci

Najprv počúva a uprednostňuje osobné rozhovory

30%



48%

Taktný

Usiluje sa o súlad a je ochotný upraviť svoje stanovisko v konfliktných situáciách

79%



84%

Spolupracujúci

Tímový hráč s prístupom výhra/výhra

66%



45%

Empatický

Ohľaduplný a vnímavý k pocitom iných ľudí

34%



91%

Adaptabilný

Pracuje s nadšením na náhle objavujúcich sa cieľoch

37%



90%

Flexibilný

Bezstarostný a neformálny

38%



1%

Spontánny

Robí rýchle rozhodnutia na základe vnútorného pocitu

79%



84%

Abstraktne mysliaci

Abstraktne mysliaci, nemá problém s komplexnosťou a mnohoznačnosťou

22%



70%

S predstavivosťou

Zdroj nových a nekonvenčných myšlienok

58%



91%

Inovatívny

Víta zmenu a ochotne mení zabehnuté zvyklosti a postupy

46%



48%

Spoločenský

Priateľský a získavajúci energiu z interakcie a komunikácie s ostatnými

80%



98%

Prejavujúci sa

Nadšene vyjadruje a prejavuje svoje emócie

27%



50%

Ovplyvňujúci

Chopí sa iniciatívy v skupine a je priťahovaný pozíciami autority

48%

Priamy

Silne argumentuje a nemá problém s konfliktnými diskusiami

84%

Sút'aživý

So silnou vôľou, zmýšľajúci spôsobom výhra/prehra

45%

Logický

Objektívny a racionálny prístup

91%

Zameraný

Stanovuje ambiciózne ciele a usilovne pracuje na ich splnení

90%

Štruktúrovaný

Organizovaný a efektívny plánovač

1%

Rozvážny

Disciplinovaný a plniaci záväzky

84%

Konkrétne mysliaci

Používa zdravý sedliacky rozum a realistický prístup

70%

Založený na dôkazoch

Zameraný na pozorovateľné fakty a pozorný k detailom

91%

Opatrný

Opatrný k zmene, radšej ostáva pri odskúšaných a otestovaných metódach

48%

Pozorujúci

V interakcii odt'ažitejši a získavajúci energiu zo svojho vnútorného sveta

98%

Rezervovaný

Vážny a zdržanlivý pri vyjadrovaní svojich pozitívnych emócií

50%

Vaše Každodenné kvality



24 kvalít, ktoré tvoria vašu Každodennú osobnosť



Percentuálny podiel naznačuje, kde sa podľa skóre nachádzate vzhľadom na všeobecnú pracovnú populáciu. Napríklad, skóre nad 50% vás umiestňuje do hornej polovice populácie.

Načúvajúci

Najprv počúva a uprednostňuje osobné rozhovory

79%

Taktný

Usiluje sa o súlad a je ochotný upraviť svoje stanovisko v konfliktných situáciách

68%

Spolupracujúci

Tímový hráč s prístupom výhra/výhra

31%

Empatický

Ohľaduplný a vnímavý k pocitom iných ľudí

23%

Adaptabilný

Pracuje s nadšením na náhle objavujúcich sa cieľoch

9%

Flexibilný

Bezstarostný a neformálny

87%

Spontánny

Robí rýchle rozhodnutia na základe vnútorného pocitu

46%

Abstraktne myslíaci

Abstraktne myslíaci, nemá problém s komplexnosťou a mnohoznačnosťou

70%

S predstavivosťou

Zdroj nových a nekonvenčných myšlienok

59%

Inovatívny

Víta zmenu a ochotne mení zabehnuté zvyklosti a postupy

10%

Spoločenský

Priateľský a získavajúci energiu z interakcie a komunikácie s ostatnými

63%

Prejavujúci sa

Nadšene vyjadruje a prejavuje svoje emócie

70%

Ovplyvňujúci

Chopí sa iniciatívy v skupine a je priťahovaný pozíciami autority

51%

Priamy

Silne argumentuje a nemá problém s konfliktnými diskusiami

50%

Sút'aživý

So silnou vôľou, zmýšľajúci spôsobom výhra/prehra

74%

Logický

Objektívny a racionálny prístup

58%

Zameraný

Stanovuje ambiciózne ciele a usilovne pracuje na ich splnení

94%

Štruktúrovaný

Organizovaný a efektívny plánovač

39%

Rozvážny

Disciplinovaný a plniaci záväzky

85%

Konkrétne myslíaci

Používa zdravý sedliacky rozum a realistický prístup

64%

Založený na dôkazoch

Zameraný na pozorovateľné fakty a pozorný k detailom

92%

Opatrný

Opatrný k zmene, radšej ostáva pri odskúšaných a otestovaných metódach

83%

Pozorujúci

V interakcii odt'ažitejši a získavajúci energiu zo svojho vnútorného sveta

26%

Rezervovaný

Vážny a zdržanlivý pri vyjadrovaní svojich pozitívnych emócií

68%

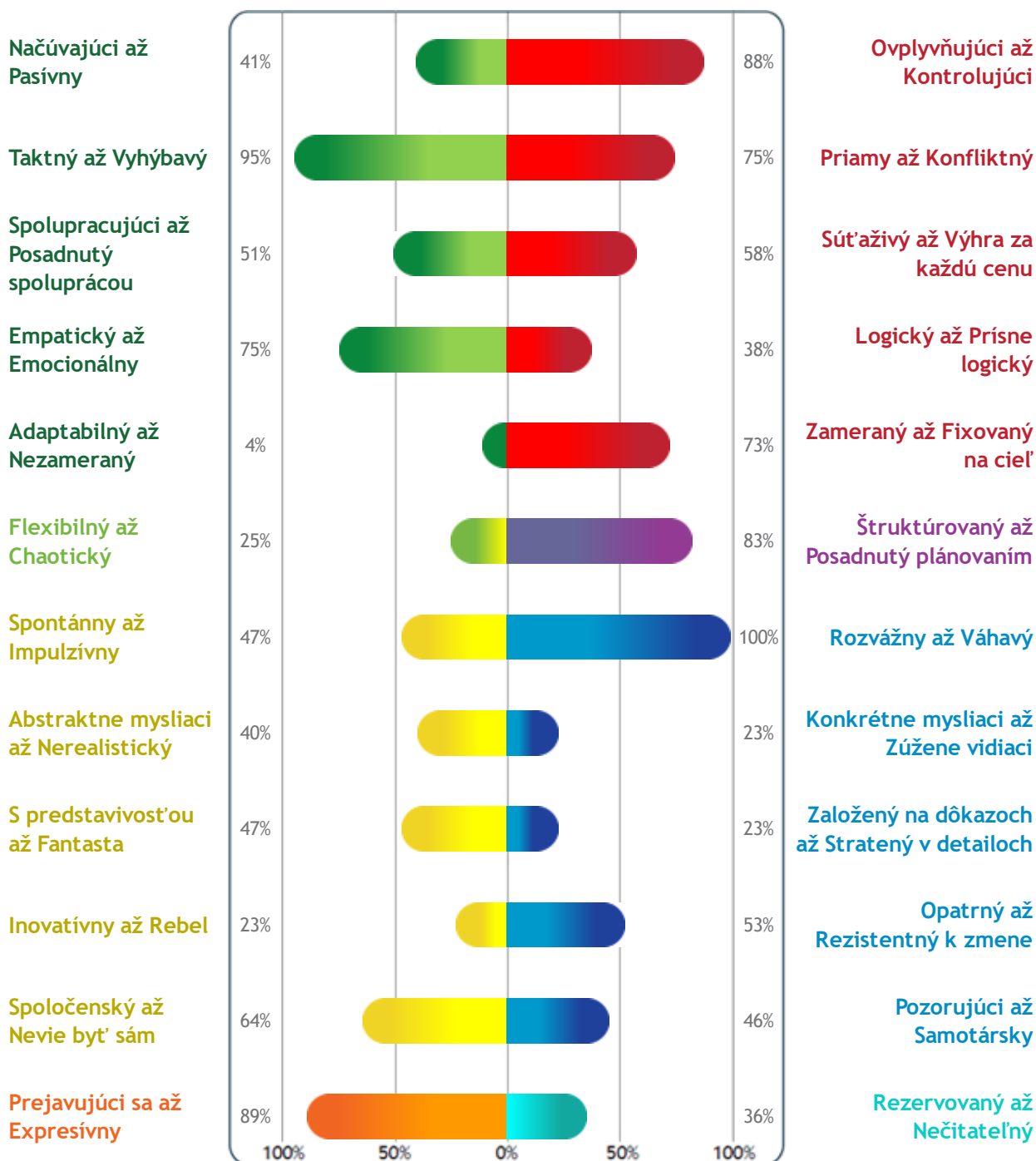
Vaše Prehnané kvality



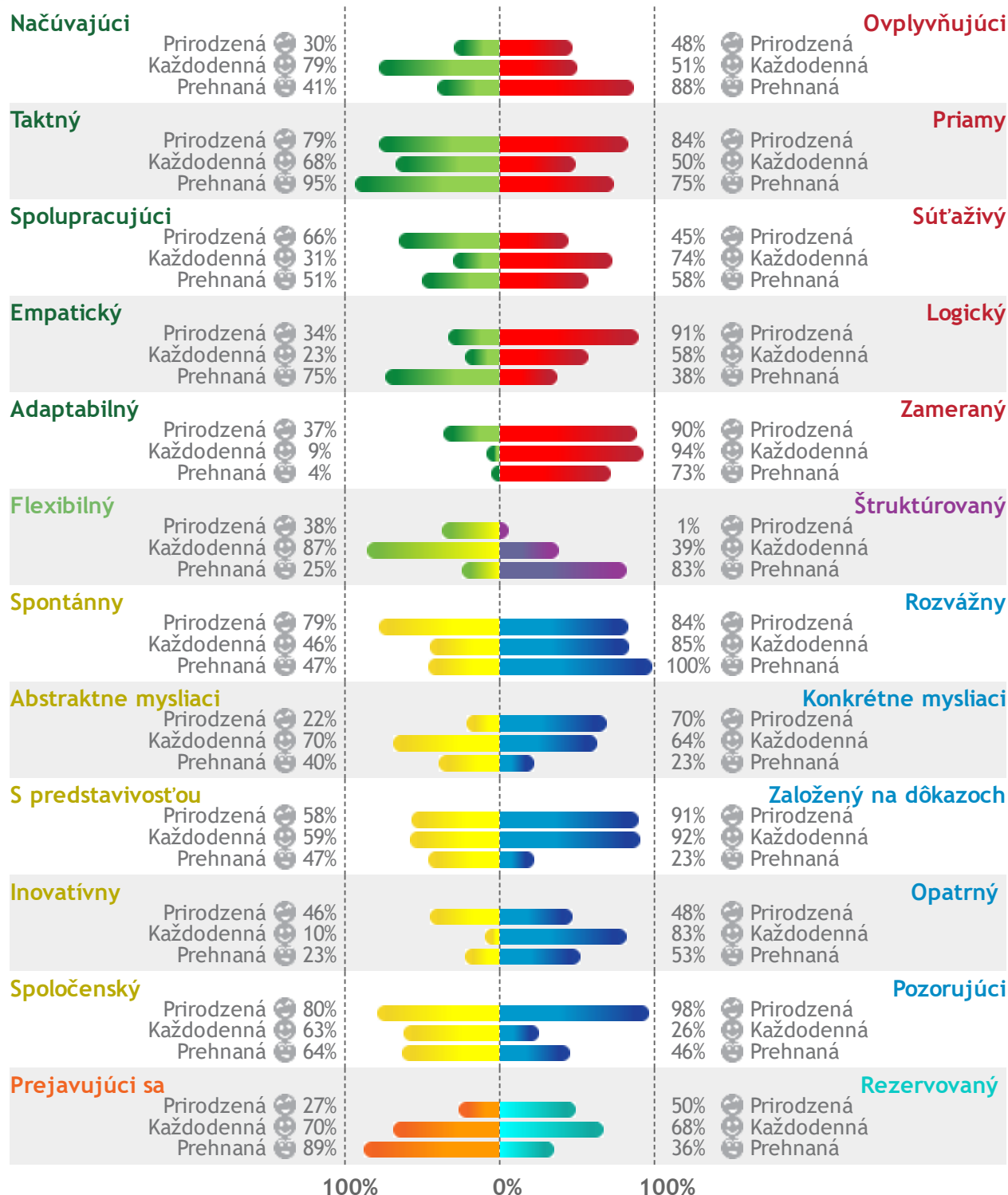
24 kvalít, ktoré tvoria vašu Prehnanú osobnosť



Percentuálny podiel naznačuje, kde sa podľa skóre nachádzate vzhľadom na všeobecnú pracovnú populáciu. Napríklad, skóre nad 50% vás umiestňuje do hornej polovice populácie.



Vašich 24 kvalít detailne



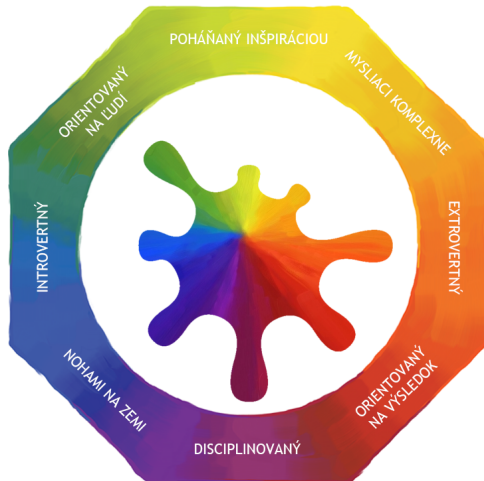
Hodnota rôznorodosti

Rozpoznanie vášho psychologického protikladu

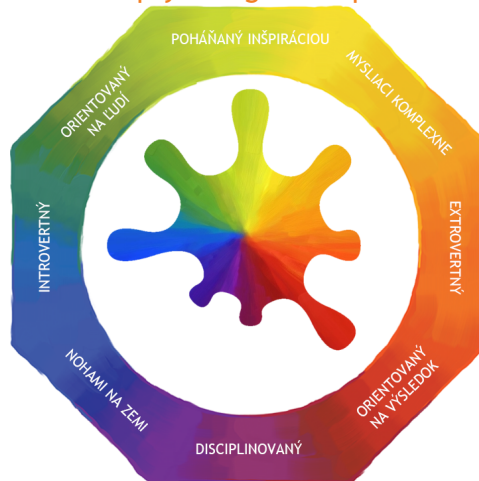
Ján, každý raz stretol človeka, ktorého osobnosť je jeho úplným protikladom...

Pravdepodobne si budete vedieť spomenúť na chvíle alebo situácie, kedy ste sa v práci stretli s ľuďmi, ktorí sa vám zdali absolútne odlišní svojim spôsobom myslenia a práce. Títo ľudia mali pravdepodobne veľmi odlišné osobnostné skóre ako vy. Pozrite sa na mandaly a porovnajte vašu vlastnú s mandalou vášho psychologického protikladu.

Váša osobnosť:



Osobnosť psychologického protikladu:



Bez ohľadu na to, kto ste, je mnoho výhod a nevýhod, ktoré môžete získať z práce so svojim psychologickým protikladom. Jednou z hlavných predností práce s niekým, kto je vám tak nepodobný je, že si vzájomne dopĺňate svoje slabé stránky. Pozitíva veľmi pomôžu vášmu protikladu jednat s jeho 'slepými miestami' a naopak. Pokiaľ vaša komunikácia zostane dobrá a uistíte sa, že si nič nevysvetľujete nesprávne, môžete mať veľmi efektívny pracovný vzťah, nakoľko bude veľmi málo problémov, ktoré by aspoň jeden z vás nevedel zvládnuť.

Je tiež možné, že pri práci so svojim protikladom sa stretnete s istými ťažkosťami. Môžete ich vnímať ako odpoveď na všetky svoje problémy a príliš veľa od neho očakávať. Vy sa snažte sa zlepšovať svoje slabšie vlastnosti. Takisto by ste mali napomáhať svojmu psychologickému protikladu viac pracovať na jeho vlastných 'slepých miestach'. Ďalší problém, ktorý sa často vyskytuje, je narušenie komunikácie; nakoľko rozmyšľate veľmi odlišne, myšlienky môžu ľahko zostať nepochopené.

So svojim psychologickým protikladom by ste mohli dobre spolupracovať pre to, že kým vy máte problém udržať si otvorené perspektívy vo svojich cieľoch, váš protiklad vám môže pomôcť riešiť neočakávané okolnosti a začleniť ich do konečného cieľa. Na druhej strane, vy a váš protiklad by ste mohli naraziť na problémy, lebo vy ste veľmi odhodlaný dodržať svoje slovo, ale váš protiklad je dezorganizovaný a má problém zamerať sa na svoje priority.

Práca s vaším protikladom

Čo je dobré na spolupráci s vaším protikladom:

- Ťažko sa vám pracuje v dynamickom, meniacom sa prostredí, ale váš protiklad je v tom veľmi zručný. Môže vám pomôcť za behu prispôbovať vaše plány, aby ste sa nemuseli vracat' ku plánovaciemu harmonogramu.
- Zvyčajne máte problém s udrжанím poriadku na svojom pracovisku, ale váš protiklad má talent na udržanie organizácie a časového plánovania vecí. Môže vám to pomôcť držať sa správnej cesty a vopred naplánovaných časových harmonogramov.
- Možno zistíte, že pracovný vzťah s vaším protikladom sa točí viac okolo emócií a osobného zainteresovania, ako okolo cieľov a úloh. Pokúste sa mu priblížiť a odhaľte mu, čo je vašou motiváciou a dôvodom vašich ambícií.

Niektoré problémy, s ktorými sa môžete stretnúť:

- Vaša túžba plniť dohodnuté ciele môže vás a váš protiklad dostať do nerealistického časového stresu. Môže nastať situácia, že nebude súhlasiť s vašimi prioritami, keď príde na to, že má prijať záväzok.
- Vaša potreba, aby boli všetci šťastní môže spôsobiť, že všetci, vrátane vás, budú zarmútení. Váš protiklad môže túto vlastnosť vnímať znepokojujúco. Môžete sa dostať do rozporu ohľadom hodnoty potešiť ľudí verzus udržať rešpekt pre vaše presvedčenia.

Pár návrhov, ako budovať váš pracovný vzťah:

- V porovnaní s vami váš protiklad preferuje flexibilné ciele. Ak si môžete svoje aktivity zariadiť inak a vziať do úvahy neočakávané okolnosti, ocení vašu flexibilitu.
- Môžete byť príliš pasívny, dôsledkom čoho sa pri vyjadrovaní stanoviska môžete dostať pod tlak vášho protikladu. Nie je nič zlé na tom, keď zastávate svoje presvedčenia a stojíte si za tým, v čo veríte.

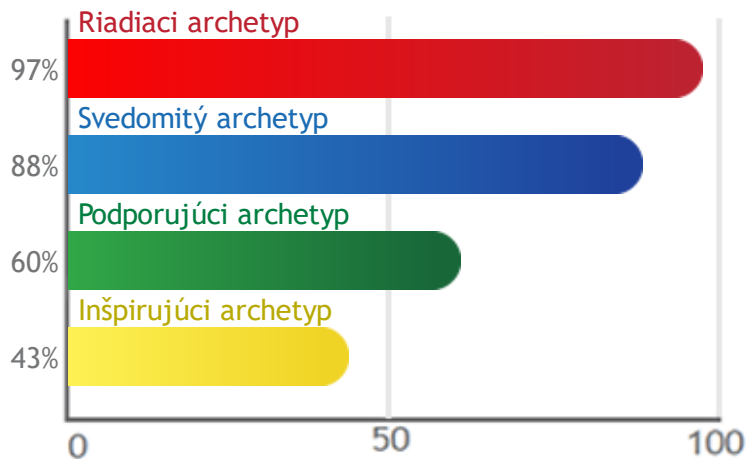
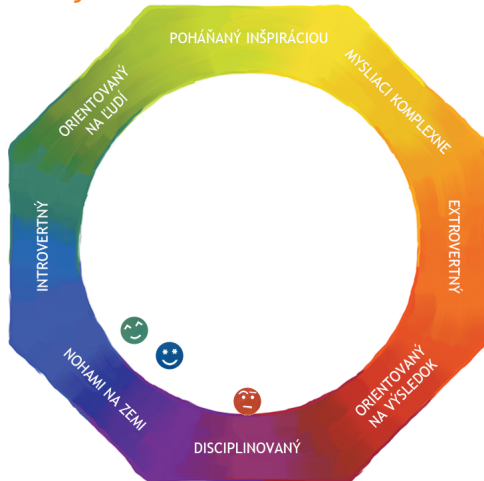
Rozpoznanie podobností v ostatných

Rozpoznanie vášho zrkadlového obrazu

Niekedy je vaše najväčšie slepé miesto v zrkadle...

Možno si inštinktívne uvedomujete, keď pracujete s ľuďmi, ktorí majú opačné vlastnosti ako vy. Pretože sú tak nepodobné tým vašim, je jednoduchšie ich rozpoznať, nakoľko nachádzate nezrovnalosti v spôsoboch vašej spolupráce. Avšak, ešte obtiažnejšie môže byť rozpoznať problémy pri práci s niekým, kto je vám veľmi podobný.

Toto je vaša osobnosť...



Existujú klady a zápory takéhoto pracovného vzťahu. Keď pracujete s niekým, kto pracuje podobným štýlom ako vy, môže to byť veľmi úspešné. Vaše silné stránky sa skľbia a obaja si intuitívne rozumiete v tom, ako o veciach uvažujete. Dokážete vyriešiť problémy skôr, ako vyvstanú prispôbením sa preferenciám vášho kolegu skôr, ako by ich vyjadril a naopak.

Jedným z príkladov, že môžete spolu dobre pracovať je, že je pre vás veľmi dôležité plnenie vašich sľubov. Vážite si vzájomne túto vlastnosť a urobíte všetko, čo je vo vašich silách, aby ste pomohli jeden druhému splniť termíny a dohody. Na druhej strane, je tu príklad, ako vy a váš zrkadlový obraz môžete mať problémy so spoločnou prácou. Ak medzi vami existujú problémy, môže sa stať, že ich nevyriešite zo strachu z konfliktu a problémy môžu narastať.

Práca s vaším zrkadlovým obrazom

Čo je dobré na práci s vaším zrkadlovým obrazom:

- Obaja máte dobré oko na presnosť, a tak je veľmi malá možnosť, že niečo unikne vašej pozornosti. Predsavzali ste si precíznosť vo všetkom, čo robíte a ľudia vedia, že detaily vždy dobre zvládajú.
- Čo sa týka stanovovanie cieľov, ste vo svojich plánoch obaja extrémne ambiciózní. Snažíte sa tlačiť jeden druhého ďalej a ďalej. Môže to byť mimoriadne produktívne a poskytovať tak skvelý príklad zápalu a cieľavedomosti.
- Pre vás oboch je veľkou hodnotou, keď ste vnímaní ako dôveryhodní. Máte radi fakt, že sa na vás ľudia spoliehajú a vy urobíte všetko preto, aby ste sa uistili, že každý z vás dodrží svoje slovo a splní svoje záväzky.

Niektoré problémy, s ktorými sa môžete stretnúť:

- Obaja si robíte veľké starosti kvôli časovému manažmentu. Niekedy pre vás môže byť náročné udržať priority súbežne, ale je to potrebné. Obidvaja prikladáte veľký význam plneniu svojich záväzkov.
- Vy a váš zrkadlový obraz môžete byť veľmi frustrovaní, ak ste obkolesení kolegami, ktorí majú časté konflikty. To preto, že sa obaja horlivo snažíte o harmóniu a keď sa nedá udržať, cítite sa veľmi nepohodlne.

Pár nápadov, ako budovať váš pracovný vzťah:

- Niekedy najlepším ponaučením zo spoločnej chyby je uvedomenie si, že ste pre to urobili všetko. Netrápte sa tým, čo ste neurobili.
- Vy a váš zrkadlový obraz sa často vzdáte svojich vlastných názorov. Pripomínajte si navzájom, že sa môžete slobodne vyjadrovať a nemusíte sa vždy snažiť všetkým vyhovieť.

Vaše komunikačné preferencie

Akú komunikáciu preferujete s ostatnými:

- Rád diskutujete o každom aspekte projektu až do obdivuhodných detailov. Hoci vaši kolegovia možno nezdieľajú túto precíznosť, vy si dobre uvedomujete, aká je táto precíznosť dôležitá pre úspech vecí.
- V rozhovore uprednostňujete koncentráciu len na projekt, ktorý sa snažíte dokončiť. Nemáte rád rozptyľovanie a odvádzanie od témy.
- Keď sa hovorí o zodpovednosti a podobných témach, zvyknete sa správať veľmi seriózne.
- Svoje názory si radšej nechávate pre seba a než sa s nimi podelíte, počúvate ostatných, pretože sa nechcete nikoho dotknúť.

Akým spôsobom majú ostatní komunikovať s vami:

- Máte rád, keď sú si ľudia v diskusii plne vedomí danej situácie a majú fakty, ktorými vedú podložiť svoj názor. Nechcete strácať čas počúvaním tých, čo nemajú žiadne fakty.
- V skupinovej diskusii máte rád, keď ľudia dávajú najavo nadšenie a odhodlanie. Ceníte si tých, ktorí majú užitočné návrhy, ako napríklad návrhy na zefektívnenie procesu.
- Páči sa vám, keď iní ľudia pri plnení svojich záväzkov prejavujú rovnakú mieru zodpovednosti, ako vy. Prácu s takýmito ľuďmi považujete za nenáročnú a produktívnu.
- Oceňujete otvorenosť ľudí v komunikácii s vami, pretože to je spôsob, akým komunikujete aj vy. Máte pocit, že pracovať dobre a garantovať úspech dokážete len pri úplnej otvorenosti.

Čo vás môže iritovať v komunikácii ostatných:

- Často vás nahnevá, keď ľudia nevedia vysvetliť svoj postup inak, ako len vnútorným pocitom.
- Obťažuje vás, keď vás ľudia zahrňajú návrhmi a nápadmi. Môže vám to prekážať pri dodržiavaní termínov a brzdiť vo vami želanej efektívnosti práce.
- Nemáte rád, keď vás stavajú do popredia; potrebujete čas na usporiadanie svojich myšlienok a rozmyslenie, než prehovoríte. Máte pocit, že to, čo povieť pod nátlakom, nemusí byť to, čo by vás pravdivo reprezentovalo.
- Nemáte rád, keď sa ľudia zameriavajú len na ciele a zabúdajú na potreby členov tímu. Pre vás sú pocity tímu dôležité rovnako, ako ako samotné ciele.

Návrhy na zlepšenie vašej komunikácie s ostatnými:

- Nedovoľte, aby si ľudia mýlili váš rozvážnejší prístup s nerozhodnosťou. Uistite sa, že ste im dostatočne vysvetlili svoju potrebu pouvažovať, kým urobíte rozhodnutie.
- Naučte sa z času na čas povedať nie. Nie ste nútený stále niekomu vychádzať v ústrety.
- Niekedy je najlepšie nechať veci vyvíjať. Akceptujte, že kým vy by ste uprednostnili definitívny cieľ a plán, vaše pracovné prostredie môže vyžadovať viac flexibilný mód. Uvedomte si, čo môže upevniť váš cieľ a buďte pripravený sústrediť sa, keď sa urobia kľúčové rozhodnutia.
- Načrtnite si plány zohľadňujúce vaše potreby v priebehu práce. To pomôže iným pochopiť, čo je treba urobiť a takisto vidieť, ako veci do seba zapadajú.

Ako vytvoriť vysokovýkonný tím

Pár spôsobov, ako efektívne budovať vysokovýkonné tímy:

- Rád sa zaoberáte s faktami a zhromažďujete dôkazy na podporu vašich náhľadov, ktoré zefektívňujú diskusiu, keď ich zdieľate s inými.
- Máte povest' človeka, ktorý urobí všetko, čo je potrebné na splnenie úlohy. To pridáva tímu silnú dôveru, že budú schopní dosiahnuť svoje ciele.
- Manažment času je pre vás veľmi dôležitý. Pre tím to má veľa výhod. Dokážete dozrieť na to, aby stretnutia zostali zamerané na cieľ, rešpektujete čas iných ľudí a udržiavate celú skupinu na dobrej ceste.
- Myslite na potreby každého člena tímu a pozorne volíte slová a skutky, aby ste sa vyhli urážkam a nedorozumeniam.

Niekedy to môžete so svojimi silnými stránkami preháňať:

- Nesplnené záväzky vás znepokojujú. Žiaľ, sú situácie, kedy nie možné úplne všetko splniť.
- Sporným záležitostiam sa radšej vyhýbate. V tímovom kontexte vám môžu ujsť životne dôležité informácie pre presnú spätnú väzbu, alebo príležitosti naučiť sa niečo nové.
- Váš výrazný prejav môže byť prisilný pre tichších členov tímu, čo spôsobí, že budú váhať pri prezentovaní hodnotných návrhov.
- Pokiaľ budete riadiť všetko, môžete skončiť tak, že nik z ostatných nebude mať pocit spolupatričnosti ani zodpovednosti.

Niektoré slepé miesta, na ktoré môžete naraziť pri práci v tíme:

- Nerád sa nechávate zväzovať nemenným plánom alebo štruktúrou. Žiaľ, povaha tímovej práce prirodzene vyžaduje takéto formálne opatrenia, aby tím spoločne dosiahol najlepší výsledok.
- Vaša potreba kontrolovať zameranosť tímu môže zabrániť použitiu nových alebo tvorivých riešení.
- Vaše pridŕžiavanie sa osvedčených riešení problémov môže byť inými vnímané ako tvrdohlavosť.
- Niekedy ste necitlivý k potrebám iných a nevšimnete si, keď člen tímu prechádza ťažkosťami.

Niektoré odporúčania na zlepšenie vašej tímovej práce:

- Potrebujete sa naučiť pracovať s nejednoznačnosťou iných. Nastanú situácie, keď sa nebudete môcť venovať všetkým vstupom a bude potrebné sa sústrediť na oblasti, ktoré viete zadefinovať.
- Konfrontácie sú prirodzenou súčasťou ľudskej interakcie. Do niektorých vecí sú ľudia emocionálne zaangažovaní a je dôležité ich prediskutovať, aby sa tím zhodol na spôsobe napredovania.
- Keď delegujete, buďte asertívny. Vysvetlite, prečo je ten-ktorý tím najvhodnejší pre danú prácu. Snažte sa rozdeľovať prácu dôsledne podľa času, ktorý majú ľudia rezervovaný pre tím.
- Používaním vašich spoločných zručností pri vytváraní 'skupinového vlastníctva' sa môžu členovia tímu zamerať na 'vyššie dobro', a nie len na vlastné krátkodobé ciele.

LUMINA SPARK PORTRÉT



Lumina Learning
www.luminalearning.com
info@luminalearning.com
Lumina Learning Ltd
The Columbia Centre
Station Road
Bracknell, RG12 1LP, UK



Lumina Learning Slovakia
Môťová 6352
Zvolen
Slovakia
960 01

Facilitátor Marcela Ruzkova
E: MarcelaRuzkova@luminalearning.com
T: +421903891939



Dátum vyplnenia dotazníka: 19/12/19 11:49:32
Dátum poslednej aktualizácie Portrétu: 27/04/23 10:34:42