

„Nikt nie rodzi się po to, żeby stawać się kimś innym”

Marek Kamiński

## O predyspozycjach i talentach

Naturalne predyspozycje są czymś na wzór wrodzonego zbioru mocnych stron przydatnych w zdobywaniu informacji z pewnego obszaru i/lub nabywaniu niektórych umiejętności. Niezależnie od osobistych pasji i zainteresowań dążymy, aby warunki, w których pracujemy i aktywności, których się podejmujemy były jak najbardziej zgodne z naszym „wbudowanym” sposobem interakcji.

W sytuacjach nowych, w których nie mamy doświadczenia lub jednoznacznych instrukcji, zazwyczaj wykorzystujemy informacje i podejmujemy decyzje w typowy dla siebie sposób. W psychologii poznawczej nazywa się go stylem poznawczym. Uznaje się, że ten charakterystyczny dla nas sposób postrzegania i działania wynika ze stałych preferencji, które można już zaobserwować u dzieci w wieku przedszkolnym.

Zmiana naturalnego stylu myślenia, np. wskutek ukierunkowanego treningu, jest bardzo trudna i zazwyczaj krótkotrwała.

Kilka lat temu, na naszym rynku, pojawiło się kompleksowe narzędzie ułatwiające zrozumienia naszego indywidualnego stylu myślenia i działania.

### Style myślenia i działania – Model FRIS

Nazwa modelu stanowi skrót pierwszych liter słów:



#### FAKTY

Perspektywa faktów to koncentracja na tych elementach sytuacji, które wydają się być niepodważalne i obiektywne.



#### RELACJE

Perspektywa relacji to wyczuwanie sytuacji jako sieci wzajemnych powiązań wraz z sobą jako ich uczestnikiem.



#### IDEE

Perspektywa idei to postrzeganie sytuacji globalnie, jako punktu wyjścia do kreowania nowych, własnych koncepcji.



#### STRUKTURY

Perspektywa struktur to docieranie do podstaw i przyczyn sytuacji poprzez analizę jej elementów składowych.

Powyższe cztery perspektywy poznawcze, posłużyły do opisu 4 stylów myślenia i 14 stylów działania. **Styl myślenia** wyraża nasze naturalne predyspozycje, opisuje typowy sposób jak reagujemy, wykorzystujemy informacje i podejmujemy decyzje. **Styl działania** opisuje sposób osiągania celów, wychodzi poza spontaniczną reakcję i określa m.in. to, czy preferujesz działania krótko czy długo terminowe, współpracę czy niezależność, teorię czy praktykę.

Mając wiedzę na temat indywidualnego stylu myślenia i działania możesz działać skuteczniej.

Budując naszą karierę na mocnych stronach i własnych uzdolnieniach możemy osiągnąć poziom mistrzostwa osobistego (Peter M. Senge) oraz stan flow. Stan flow (przepływu) to rodzaj motywacji wewnętrznej o wielkiej sile i mocy. To doświadczenie uniesienia, kiedy ciało i umysł całkowicie pochłania wykonywane zadanie a wszystko co robisz cieszy, ekscytuje i daje poczucie spełnienia.

Któż nie chciałby mieć takiego poczucia na co dzień? Kluczem jest samopoznanie. *Flow* najczęściej pojawia się, gdy angażujesz się w zadania, w których wykorzystujesz swoje mocne strony.

A więc? Do dzieła!

*Dorota Dmowska*