



RESURSĂ • POTENȚIAL UMAN

Cum îți descoperi punctele forte

Talentele tale lasă urme. Învăță să le citești.



Un punct forte nu este doar ceva ce poți face. Este ceva ce faci bine, în mod repetat, și care îți dă energie în loc să ți-o ia. Diferența asta contează enorm.



Semnele unui punct forte

- ✦ **Energie:** te simți viu și prezent când îl folosești.
- ✦ **Ușurință:** îți vine natural, fără efort uriaș.
- ✦ **Curiozitate:** vrei să afli și să exersezi mai mult.
- ✦ **Recunoaștere:** ceilalți îți cer ajutorul exact pe zona aceea.
- ✦ **Flow:** pierzi noțiunea timpului.

Exercițiu: trei întrebări

- 1 Când m-am simțit ultima dată cu adevărat „în largul meu”? Ce făceam?
- 2 Ce fac de obicei, în mod natural, atunci când ceilalți au nevoie de ajutor?
- 3 Pentru ce mă laudă oamenii, deși mie mi se pare un lucru banal?

Răspunsurile la a treia întrebare ascund, de cele mai multe ori, exact punctele forte pe care nu ți le vezi.

De reținut: orice punct forte folosit excesiv se poate transforma în slăbiciune. Grija devine control, ambiția devine epuizare, atenția la detalii devine perfecționism. Puterea reală stă în echilibru, nu în exces.

Notă: Material informativ. Pentru un proces ghidat de autocunoaștere, programează o ședință.