TALENT FACTORY DIGITAL

ДНЕВНИК НА ТАЛАНТА

Как да използваш дневника по най-добрия начин:

- За всеки ден от това преживяване, което ти предстои, сме направили по една или две страници, за да може цялата информация да я записваш на едно място.
- Всички въпроси и задачи, които ще чуеш по време на обучението ги има в дневника, както има и място за отговарянето им.
- „Лични бележки“ е място предназначено за записки.
- В дневника има бонус информация.
- Когато си пуснеш видео, си отвори и дневника на съответната страница, за да може навреме да си записваш новите знания, които ще придобиеш.

МОДУЛ I

ФОРМИРАНЕ НА ВИЗИЯ И ИДЕНТИЧНОСТ

АНДРЕЙ ИЛИЕВ

Лични бележки

.....
.....
.....
.....

VISIONING
VII –стъпков процес за създаване на твоята визия

I. ТРИТЕ НИВА НА ПРОМЯНА

Първо ниво на промяната
Обърнато към резултата. Най-външният слой на промяната

S – specific (конкретна). Колкото е по-конкретна целта, толкова по-добре.

M – measurable (измерима). Да можеш да си измериш прогреса всеки ден.

A – attainable (постижима). Нещо, което е постижимо и реалистично спрямо моментната ти ситуация.

R – relevant (релевантна). Нещо, което да отговаря на твоята личност и същност.

T – time-based (за определено време). Да можеш да го поставиш за определен период от време и да можеш да го изпълниш.

E – ecological (екологична). Здравословна цел - нещо, което няма да наруши твоето здраве и здравето на околните.

R – rewarding (награда). В момента, в който постигнеш целта си, можеш да получиш награда.

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Второ ниво на промяната
Обърнато към процеса

Действие - бъди в процеса.

Какво действие трябва да правиш, за да постигнеш SMARTER целта?

.....
.....

Трето ниво на промяната
Обърнато към същността на човека, към неговата идентичност

Каква личност искаш да изградиш?

.....
.....

Каква трябва да ти е нагласата, за да се превърнеш в тази личност?

.....
.....

Какви трябва да бъдат твоите мисли, за да си тази личност?

.....
.....

Какви трябва да бъдат твоите убеждения, за да си тази личност?

.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

НАМЕРЕНИЯ И МОТИВАЦИЯ

Какво искаш да извлечеш от обучението?

.....
.....
.....
.....

Какво е твоето намерение?

.....
.....
.....
.....

Какво си готов да отделиш като време и на какъв процес ще се посветиш?
(напр. да си правя редовно упражненията, да отделям по 30 мин на ден)

.....
.....
.....
.....

NB! Защо изобщо го правя това?

.....
.....
.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

II. ВИЗУАЛИЗАЦИЯ

„СРЕЩНИ СВОЕТО БЪДЕЩО АЗ“

Какво беше мястото, на което се срещна с бъдещото ти аз?

.....
.....

Как беше облечен бъдещият ти аз?

.....
.....

Какво беше отношението и поведението на бъдещия ти аз? Какво беше първото ти впечатление?

.....
.....

Какво беше първото ти впечатление от бъдещия ти аз?

.....
.....

Какъв съвет ти даде, за да стигнеш там, където се намира то?

.....
.....

Какви чувства усети от срещата?

.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

РЕФЛЕКСИЯ

Лична равносметка; самоанализ на собствените мисли и преживявания.

Рефлексия

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

АЛЕФ

място, което усещаш по-специално, на което се чувстваш жив себе си, в хармония и можеш да се обърнеш към себе си.

Кой е твоят Алеф? (ако нямаш такъв, предизвикателството към теб е да го откриеш в следващите 6 седмици)

.....
.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

III. ПОСТАВЯНЕ НА ЦЕЛИ

ТВОЯТА ВЪЗРАСТ: ____ - ____

1. .....
.....

2. .....
.....

3. .....
.....

4. .....
.....

5. .....
.....

6. .....
.....

7. .....
.....

8. .....
.....

9. .....
.....

10. .....
.....

11. .....
.....

12. .....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

13.....
.....

14.....
.....

15.....
.....

16.....
.....

17.....
.....

18.....
.....

19.....
.....

20.....
.....

21.....
.....

22.....
.....

23.....
.....

24.....
.....

25.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

26.....
.....

27.....
.....

28.....
.....

29.....
.....

30.....
.....

31.....
.....

32.....
.....

33.....
.....

34.....
.....

35.....
.....

36.....
.....

37.....
.....

38.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

39.....
.....

40.....
.....

IV. СОРТИРАНЕ

1. Имаш следните време тагове – в рамките на 1/3/5/10 години – моля върни се към списъка и прибави към всяко едно от гореизброените съответния таг (спрямо това колко изпълнимо и реално го виждаш в съответния времеви отрязък). Използвай интуицията си.

2. За всеки от времевите периоди изброй целите и ги сортирай, използвайки ключови думи.

1 – годишни цели

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

3 – годишни цели

.....
.....
.....
.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

5 – годишни цели

10 – годишни цели

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

V. ПРИОРИТИЗИРАНЕ

Изброй 3-те най-важни цели за едногодишния период:

ТОП 3 1-годишни ЦЕЛИ (в следващите 12 месеца)

1. .....
2. .....
3. .....

ТОП 3 3-годишни цели

1. .....
2. .....
3. .....

ТОП 3 5 -годишни цели

1. .....
2. .....
3. .....

ТОП 3 10 – годишни цели

1. .....
2. .....
3. .....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

VI. ОБРЪЩАНЕ НА ВНИМАНИЕТО КЪМ ЕДНОГОДИШНИТЕ ЦЕЛИ

МИНИ-НАВИК
минимално усилие, което да правиш всеки ден в продължение на 66 дни, за да може да се автоматизира действието и да се превърне в навик.

Едногодишни в следващите 12 месеца

Защо е важно осъществяването на ТОП 3 едногодишни цели за теб?

ЦЕЛ 1:

.....
.....

Какво ще ти донесе осъществяването на тази цел в живота ти?

.....
.....

Каква е цената, която трябва да платиш?

.....
.....

Какво е необходимо да промениш още днес?

.....
.....

Какви мини-навици можеш да стартираш?

.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

ЦЕЛ 2:

.....
.....

Какво ще ти донесе осъществяването на тази цел в живота ти?

.....
.....

Каква е цената, която трябва да платиш?

.....
.....

Какво е необходимо да промениш още днес?

.....
.....

Какви мини-навици можеш да стартираш?

.....
.....

ЦЕЛ 3:

.....
.....

Какво ще ти донесе осъществяването на тази цел в живота ти?

.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Каква е цената, която трябва да платиш?

.....
.....

Какво е необходимо да промениш още днес?

.....
.....

Какви мини-навици можеш да стартираш?

.....
.....

Най-важният въпрос:

В какъв човек е необходимо да се превърнеш, за да изпълниш всички цели от своята визия? Каква идентичност е необходимо да изградиш?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

ИДЕНТИЧНОСТ
от латински "повтаряема се същност" се развива и променя от раждането до края на човешкия живот. Тя прави индивида цялостен Аз, различен от другите, но същевременно и свързан с тях.

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

МОДУЛ II

ЦЕННОСТИ И МОЯТА ЛИЧНА ИСТОРИЯ

АНДРЕЙ ИЛИЕВ

ПАЗАРУВАНЕ ОТ МАГАЗИНА НА ЖИВОТА

Имаш 65 парички.
Кои са онези неща, които би предпочел пред други?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Рефлексия

.....
.....
.....
.....
.....

Лични бележки

.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

За какво харчиш парите си?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Как прекарваш времето си - един твой типичен ден?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Период, в който си се чувствал истински щастлив - какво си правил тогава, с какви хора си бил заобиколен?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

ЦЕННОСТИ

Стъпка 1

По-долу са изброени едни от най-важните човешки ценности - прочети ги внимателно. Избери от списъка с ценности тези, които смяташ, че са важни/ценни лично за теб и би искал да присъстват в живота дългосрочно. Отбележи ги със *

Ценности	*****	**?/X**	**Ценности**	*****	**?/X**	**Ценности**	*****	**?/X**
Доброта			Обществено признание			Изобилие		
Предизвикателство			Независимост			Интелигентност		
Отговорност			Истина/честност			Интуиция		
Лоялност			Справедливост			Комфорт		
Забавление			Доверие			Природа		
Ученолюбие			Постоянство			Любознателност		
Развитие			Дисциплина			Любопитство		
Власт			Работа, свързана с призванието ти			Мир		
Уникалност			Пари			Образование		
Самостоятелност			Упоритост			Опит		
Одобрение			Ефективност			Организираност		
Равенство			Достойнство / чест			Подкрепа		
Здраве			Амбиция			Постижения		
Любов			Автентичност			Приключение		
Приятелство			Баланс			Работа в екип		
Семейство			Благодарност			Самоосъзнатост		
Страст			Въздържание			Свобода		

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Щастие			Въображение			Сексуалност		
Креативност			Вяра			Сигурност		
Красота			Дипломация			Слава		
Мъдрост			Допринасяне			Целомъдрие		
Вярност			Значимост			Спонтанност		
Радост			Хумор			Наука		
Хармония			Експертиза			Успех		
Жертвоготовност			Емпатия			Фокус		
Лидерство			Харизма			Гъвкавост		
Иновации			Пестеливост			Оптимизъм		

Стъпка 2

Отбележи със звездичка * онези, за които смяташ, че без тях не можеш да живееш и не би направил голям компромис за тях?

Стъпка 3

Постави допълнителна звездичка * за онези, които вече имат две звезди ** за които би направил нещо извънредно би преплувал океан, би изкачил най-високия връх, би прекосил най-голямата пустиня? ***
и ги прехвърли отдолу в таблицата - максимумът тук е 20

1	2	3	4
5	6	7	8
9	10	11	12
13	14	15	16
17	18	19	20

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Стъпка 4
Разгледай сега всички в топ 20 - прочети още веднъж тези, които са останали са с 3 звездички и си задай въпроса за всяка една ценност - това аз ли съм. Пример - аз Щастие ли съм? Аз Успех ли съм? Аз Фокус ли съм? ако отговорът е да - прибави още една звездичка * към трите. ****

Стъпка 5
Сред онези останали с **** звезди, прибави само още една звездичка, която ще е за онази, която ти е най-важна с днешна дата - ако можеш да избереш само една-единствена ценност, която да ти е топ приоритет в живота и за която би се саможертвал - най-важната - коя би била тя? Бих дал живота си за или бих се саможертвал - това е твоята номер 1. Ако не би направил толкова голяма жертва, може би точно животът ти е номер 1 ценност.

Препиши отдолу онази с ***** 5 звезди и последващите с **** 4 звезди, които имат най-определяща роля в живота ти към този момент:

ТОП 5

1. .....
2. .....
3. .....
4. .....
5. .....

МОЯТА ЛИЧНА ИСТОРИЯ

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

ЛИЧНИ БЕЛЕЖКИ

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

МОДУЛ III

ЖИВОТ КАТО НА ФИЛМ - КАКВО МЕ ПРАВИ ЩАСТЛИВ

СТОЯН ЯНКОВ

ВЪВЕДЕНИЕ И ЛИЧНА ИСТОРИЯ НА СТОЯН ЯНКОВ

Лични бележки

ЖИВОТЪТ Е КАТО ФИЛМ

Лични бележки

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

РЕФЛЕКСИЯ ЗА ВИЗУАЛИЗАЦИЯТА

Помагащи въпроси:

Какво си представи по време на визуализацията?

Кои са нещата, които бяха най-важни за теб?

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

ИНСТРУМЕНТ №1 ЗА ОТКРИВАНЕ НА СТРАСТИТЕ

The Passion Test е инструмент № 1 в света за намиране на вашите страсти и цел в живота. *The Passion Test* е създаден от Джанет Брей Атууд и Крис Атууд, за да ви помогне да откриете ВАШИТЕ страсти и да започнете да живеете истински. Тяхната книга „*The Passion Test* – безпроблемният път към откриването на целта на живота си" е бестселър на Ню Йорк Таймс. *The Passion Test* е прост, мощен набор от инструменти за откриване на вашите страсти и привеждане в съответствие с живота си с това, което е най-важно за вас. Тестът ви показва стъпка по стъпка как да идентифицирате петте си най-големи страсти/желания и след това предоставя насоки да приведете живота си в съответствие с тези страсти. От 2007 г. насам хора от всички сфери на живота по света използват процеса *The Passion Test,* за да намерят повече смисъл, радост и удовлетворение в живота си. Джанет и Крис са обучили повече от 3000 сертифицирани фасилитатори на *The Passion Test* в повече от 64 страни по целия свят. Стоян Янков е лично сертифициран от Джанет Атууд.

THE PASSION TEST

Напиши (в произволен ред) 10 неща, които те зареждат и те правят щастлив в този момент от живота ти. Използвай сегашно време и формулирай изреченията в позитивен аспект.

Довърши изречението: **когато животът ми е идеален, аз...**

1 – .....
2 – .....
3 – .....
4 – .....
5 – .....
6 – .....
7 – .....
8 – .....
9 – .....
10 – .....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Лични бележки

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

ИЗЯСНЯВАНЕ НА 5-ТЕ НЕЩА, КОИТО НИ ПРАВЯТ НАЙ-ЩАСТЛИВИ

(+ маркери)

За да можеш да извадиш своите ТОП 5 страсти, когато ги сравняваш помежду си, използвай следните три въпроса:

Въпрос 1
Кое те прави по-щастлив / щастлива? **Passion X** или **Passion Y**

Въпрос 2
Ако можеш да **Passion X**, но никога да не **Passion Y** или да **Passion Y,** но никога да не **Passion X**.

Кое те прави по-щастлив / щастлива?

Въпрос 3
Затвори си очите. Представи си че в момента живееш **Passion X** на макс (на 100%). Какво би означавало това за теб? Представи си всички детайли. Как би се чувствал? Обърни внимание обаче, че никъде в тази картинка не присъства **Passion Y**.

Сега остави тази представа настрана.

Представи си че живееш **Passion Y** на макс (на 100%).

Какво би означавало това за теб? Представи си всички детайли. Как би се чувствал? Обърни внимание обаче, че никъде в тази картинка не присъства **Passion X**.

Кое те прави по-щастлив / щастлива?

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

ЗАПИШИ ТУК ТВОИТЕ ТОП 5 СТРАСТИ

1. - .....
2. - .....
3. - .....
4. - .....
5. - .....

МАРКЕРИ

Маркерите са доказателство, че живеем нашите Passions на пълни обороти. Първо: запишете вашите топ 5 Passions. После ги оценете от 1 до 10 (как чувствате, че ги живеете в момента). И накрая помисли за вдъхновяващи маркери за всяка една от твоите топ 5 Passions.

Passion #1 .....

Маркер1 .....

Маркер2 .....

Маркер3 .....

Passion #2 .....

Маркер1 .....

Маркер2 .....

Маркер3 .....

Passion #3 .....

Маркер1 .....

Маркер2 .....

Маркер3 .....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Passion #4 .....

Маркер1 .....

Маркер2 .....

Маркер3 .....

Passion #5 .....

Маркер1 .....

Маркер2 .....

Маркер3 .....

ПРОДУКТИВНОСТ И ПРИЛАГАНЕ НА СТРАСТИТЕ В ЕЖЕДНЕВИЕТО МИ

Intention, attention, no tension
Намерение, внимание, без напрежение

УПРАЖНЕНИЕ

Организиране на деня ми

Стъпка 1
Запиши си всички задачи, които искаш да свършиш на следващия ден.

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Стъпка 2
Избери най-важните 3 от написаните задачи.

1.- ……..

2. - ……..

3. - ……..

Стъпка 3
Дефинирай крайния резултат.

Например, ако има задача: *“Да работя по доклада си по история”*

Крайният резултат може да бъде: *“Да напиша 4 страници от доклада си”*

1.- ……..

2. - ……..

3. - ……..

Стъпка 4
След като запишеш топ 3 резултатите, помисли си как трябва да подходиш към тях за да ги постигнеш по най-ефективния начин?

Стъпка 5
Разгледай календара си и отдели в графика си конкретни блокове от време за всяка поставените задача. Наблегни на действието и изпълнението.

Лични бележки

……
……
……
……
……
……

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

МОДУЛ IV

УПРАВЛЕНИЕ НА ТАЛАНТА В СОЦИАЛНО ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

ЕЛЕОНОРА ДЕРВЕНСКА

МОЕТО ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЗА ТАЛАНТ

Какво е твоето определение за талант?

……
……
……

Напиши 21 таланта, за които се сещаш

1 - ……..
2 - ……..
3 - ……..
4 - ……..
5 - ……..
6 - ……..
7 - ……..
8 - ……..
9 - ……..
10 - ……
11 - ……
12 - ……..…..
13 - ……
14 - ……
15 - ……
16 - ……
17 - ……
18 - ……
19 - ……
20 - ……
21 - ……

Сети ли се за още таланти? Напиши ги:

……
……
……

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Какви са твоите таланти?

.....
.....
.....

Лични бележки

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

КАК ПРОЯВЯВАМ СВОИТЕ ЛИЧНИ ТАЛАНТИ

ЕНЕРГИЯ

сила, получена от използването на физически или химически ресурси, особено за осигуряване на светлина и топлина. Тя може да съществува в потенциална, кинетична, термична, електрическа, химическа, ядрена или в други форми. Енергията е количествено свойство, което ако бъде прехвърлено на даден обект, може да го задвижи, затопли и т.н. За човека, това е жизнеността, необходима за продължителна физическа или умствена дейност.

НЕУТРИНО

най-малката частица маса. Неутрино са най-разпространените частици във Вселената. Неутрино също предоставят инструмент за изследване на структурата на нуклоните (протони и неутрони), за това как материята еволюира от прости частици в по-сложни композити от частици, създавайки всичко около нас. Слънцето е източникът на енергия за живия свят на земята, предимно под формата на радиантна сияйна електромагнитна и гравитационна радиация.

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Рефлексия

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

ИНДИВИДУАЛЕН ЕНЕРГИЕН ПОТЕНЦИАЛ

ЛИДЕР ИЛИ ПОСЛЕДОВАТЕЛ

ПОТЕНЦИАЛНА ЧЕСТОТА

Честотата на една енергия, съответно - моделът на нейното проявление, зависи от състоянието на човек и околната среда.

- Пренос на информация - в момента, в който не сме сами, има директен пренос за всеки член на групата и ние сме принудени да управляваме последовател на лидерските отношения.

- Трансформация - вие сте този, който може да трансформира тази честота, като управлява отношението си към това, което се случва около вас.

Лични бележки

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Изброй моменти, в които си се проявил като лидер?

.....
.....
.....
.....
.....

Изброй моменти, в които си се проявил като последовател?

.....
.....
.....
.....
.....

МОЯТА ПЛОДОТВОРНА ГРАДИНА НА ЖИВОТА

- Теория за семената - засаждане на нашите мисли, намерения и действия. Всяко семенце е потенциална честота, която може да се разгърне в зависимост от подхранването на средата и подбирането на точния момент.
- Как да управляваш твоите таланти в социалната среда, в която трябва да се проявиш?

1. *Трябва да познаваш своите качества и таланти.*
2. *Трябва да уважаваш и да си осъзнат за талантите на хората около теб.*

Лични бележки

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Помисли и запиши за онези семенца, които искаш да засадиш

.....
.....
.....

МОЯТА ЛИЧНА МИСИЯ

1. Какво те кара да се усмихваш?

.....
.....
.....

2. Кои са любимите неща, които обичаше да правиш в миналото ти?

.....
.....
.....

- **Кои са любимите неща, които обичаш да правиш сега?**

  .....
  .....
  .....

3. Какви дейности те карат да загубиш представа за времето?

.....
.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

4. Какво в теб те кара да се чувстваш добре като себе си и ти носи самочувствие?

.....
.....
.....

5. Кои три личности те вдъхновяват най-много? Може да бъде всеки, който познаваш или не познаваш (семейство, приятели, автори, художници, лидери и т.н.)

.....
.....
.....
.

- **Кои три личности те вдъхновяват най-много? Кои са качествата, които ви вдъхновяват във всеки един от тях?**

  .....
  .....
  .....

6. В какво считаш, че си естествено добър?

.....
.....
.....

7. За какво най-често хората те молят за помощ?

.....
.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

8. Ако си в позиция да преподаваш нещо, какво би избрал да учиш другите?

.....
.....
.....

9. За какво би съжалявал, ако не си направил, не си имал или не си бил в този живота?

.....
.....
.....

10. Медитация

Представи си, че сега си на 90 години, седиш на стол пред верандата си, чувстваш се блажено, щастливо и си доволен от прекрасния си живот, който вече изминава. Като погледнеш назад към всичко, което си постигнал, кое ти се струва най-важно и стойностно от тази позиция?

.....
.....
.....

11. Кои са най-дълбоките ценности, които споделяш? Избери от пет ключови ценности и ги подреди по приоритет и важност за теб.

.....
.....
.....

12. Какви предизвикателства, трудности и спънки си преодолял? Какво в теб ти помогна да ги преодолееш?

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

.....
.....
.....

13. Кои са най-големите каузи, в които вярваш силно? С какви каузи вече си се свързал и допринасяш?

.....
.....
.....

14. Какво послание би избрал да изпратиш до голям брой хора? Кои биха били тези хора?

.....
.....
.....

15. Изброй нещата и хората, на които смяташ, че можеш да помогнеш (таргет). Например: човешки и други живи същества, цели, организации, каузи, групи, среда и т.н.)

.....
.....
.....

16. Кои са твоите най-силни желания, увлечения и страсти? Приоритизирай петте основни и важни за теб емоции и преживявания, които трудно контролираш или към които се стремиш.

.....
.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

17. **Въз основа на отговорите ти от горните въпроси и предвид изброените таланти (6), страсти (16) и ценности (11) – помисли как би могъл да използваш тези ресурси, за да служиш, да помагаш, да допринасяш положително за своето обкръжение (15) и своите каузи (13)?**

.....
.....
.....

18. **Извадете ключови за вас думи за действие (глаголите) от отговорите си горе.**

.....
.....
.....

19. **Определете целите си или отговорете на въпроса: Кой (15), каква полза ще получи от това, което ти правиш (17)?**

.....
.....
.....

20. **Личната мисия се състои от 3 части:** *Какво искам да направя? На кого искам да помогна? Какъв е резултатът или каква стойност ще създам?* **Напишете личната си мисия.** *Комбинирайте стъпки #15 #18 #19 в едно, две или три цялостни и смислени изречения, така че да се чувствате вдъхновен и устремен към нещо смислено, важно и приятно за вас.*

.....
.....
.....
.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

МОДУЛ V

МОИТЕ ТАЛАНТИ, СИЛНИ СТРАНИ И ВОДЕЩИ ТИПОВЕ ИНТЕЛИГЕНТНОСТИ

АНДРЕЙ ИЛИЕВ

ТЕОРИИ ЗА ТАЛАНТА

Историята на Ласло Полгар и 3-те му дъщери

Ласло Полгар изучава над 500 гении и изводът, до който достига, е че геният се възпитава. Две основни характеристики има всеки един гений:

1) *Гениите се развиват в ранна детска възраст*
2) *Обучението им е изключително интензивно*

Полгар твърди, че талантът е преувеличен. След експеримента, който прави с трите му дъщери той развива теорията, че всичко може да се научи, но средата е от изключителна важност.

Какво мислиш ти за историята на Ласло Полгар?

Ролята на таланта преувеличен ли е?

……
……
……

ЗНАЧЕНИЕТО НА СРЕДАТА

Първична функция на мястото

всяко място има определена функция и начин, по който ти влияе. Първичната функция на мястото е важно да я използваме в наша полза спрямо целите ни. Например, първичната функция на библиотека е четене и писане (всички правят това и всичко ни влияе в тази посока) - ако е необходимо да отделим време за училище, университет или всичко, свързано с четене и писане, в библиотека бихме се съсредоточили по-лесно, тъй като първичната функция на мястото ни помага. Ако не можем да ходим до библиотека, важно е да помислим как можем в друга среда да си създадем условия, предразполагащо за това, което искаме да извършваме.

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Огледални неврони

действие, което наблюдаваме за по-дълъг период от време, което можем да извършваме и ние физически, активират същите невронни връзки в Неокортекса сякаш го извършваме наистина. Това, което наблюдаваме рано или късно започва да ни влияе като пример - без значение каква оценка му придаваме - добра или лоша, примерът ни влияе - ето защо е важно да наблюдавате примерите, на които се възхищавате.

Лични бележки

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

CLIFTON STRENGTHSFINDER

Clifton StrengthsFinder

Инструмент номер 1 в света за идентифициране на талантите и превръщането им в силни страни. В него присъстват 34 теми/таланти.

ТАЛАНТ

нещо, което ти се отдава лесно, върви ти с лекота и ти е приятно, когато го вършиш.

Четири сфери на талантите

- Сфера “Изпълнители”
- Сфера “Лидерство”
- Сфера “Изграждане на взаимоотношения”
- Сфера “Стратегическо мислене”

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Време е да направиш теста…

Моите ТОП 5 теми/таланта страни според Clifton StrengthsFinder

1. ……
2. ……
3. ……
4. ……
5. ……

ВСИЧКИ ТАЛАНТИ И СФЕРИТЕ, В КОИТО ПОПАДАТ.

СФЕРА “ИЗПЪЛНИТЕЛИ”

Целеустремена личност

……
……

Организатор

……
……

Убеденост

……
……

Безпристрастност

……
……

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Предпазливост

.....
.....

Дисциплина

.....
.....

Фокус

.....
.....

Отговорност

.....
.....

Реставратор

.....
.....

СФЕРА "ЛИДЕРСТВО"

Дейна личност

.....
.....

Властност

.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Комуникация

.....
.....

Състезателност

.....
.....

Максималист

.....
.....

Самочувствие

.....
.....

Важност

.....
.....

Харизма

.....
.....

СФЕРА “ИЗГРАЖДАНЕ НА ВЗАИМООТНОШЕНИЯ”

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Гъвкавост

.....
.....

Свързаност

.....
.....

Насърчител

.....
.....

Емпатия

.....
.....

Хармония

.....
.....

Интеграция

.....
.....

Индивидуализация

.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Позитивност

.....
.....

Близост

.....
.....

СФЕРА "СТРАТЕГИЧЕСКО МИСЛЕНЕ"

Аналитичност

.....
.....

Контекстуалност

.....
.....

Футуристичност

.....
.....

Човек на идеите

.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Любознателност

.....
.....

Интелектуалност

.....
.....

Ученолюбие

.....
.....

Стратег

.....
.....

МНОЖЕСТВЕНА ИНТЕЛИГЕНТНОСТ

Хауърд Гарднър е американски психолог, който създава **Теория за "Множествената интелигентност".** Той извежда осем типа интелигентности.

Телесно-кинестетична интелигентност

.....
.....

Музикална интелигентност

.....
.....

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Лингвистична интелигентност

……
……

Логико-математическа интелигентност

……
……

Пространствена интелигентност

……
……

Интерперсонална интелигентност

……
……

Интраперсонална интелигентност

……
……

Кои са твоите ТОП 3 интелигентности?

1. ……..

2. ……..

3. ……..

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

МОДУЛ VI

СЕДМИЦА ЗА ФОРМИРАНЕ НА ЛИЧНОСТНИЯ КАРИЕРЕН ПРОФИЛ

Talent Factory Digital. Всички права запазени. Никоя част от тази работна тетрадка не може да се копира и разпространява.

Talent Factory Digital
Дневник на таланта

Първо издание, 2021

Съдържание
Андрей Илиев, Стоян Янков, Елеонора Дервенска

Оформление
Мария-Софи Стайкова

Дизайн и предпечат
Веселин Тонов

Разпространява се единствено като част от онлайн програмата Talent Factory Digital.
Не се продава отделно. Всички права запазени. Никоя част от тази работна
тетрадка не може да се копира и разпространява.