

## MODUŁ 2. NARZĘDZIA COACHINGOWE



### TEST STRENGTHSFINDE



Dofinansowane przez  
Unię Europejską
















## TEST STRENGTHSFINDE

**Test StrengthsFinder** składa się z serii pytań, na które należy odpowiedzieć **intuicyjnie i szybko**, nie zastanawiając się zbyt długo. Każde pytanie ma formę dwubiegunowej skali, gdzie należy zaznaczyć, **do której strony jest Ci bliżej**.

### Skala odpowiedzi:

-  1 pkt. – Nie zgadzam się
-  2 pkt. – Neutralnie
-  3 pkt. – Zgadzam się

1. Lubię rozwiązywać skomplikowane problemy.
2. Często motywuję innych do działania.
3. Wolę pracować indywidualnie niż w zespole.
4. Często szukam nowych możliwości rozwoju.
5. Łatwo nawiązuję relacje z innymi ludźmi.
6. Lubię analizować dane i wyciągać wnioski.
7. Często przewodzę w grupie.
8. Uważam, że planowanie jest kluczem do sukcesu.

	1.	2.	3.
			
			
			
			
			
			
			
			

MODUŁ 2. NARZĘDZIA COACHINGOWE  
TEST STRENGTHSFINDE



1. 2. 3.

9. Czuję satysfakcję, pomagając innym osiągać ich cele.
10. Preferuję dynamiczne i zmienne środowisko pracy.
11. Lubię organizować rzeczy i ludzi.
12. Często rozmyślam nad moimi celami i marzeniami.
13. Czuję się komfortowo, podejmując decyzje pod presją.
14. Jestem optymistą, niezależnie od sytuacji.
15. Łatwo dostosowuję się do zmian.
16. Lubię angażować się w nowe projekty.
17. Cenię sobie regularność i stabilność.
18. Lubię inspirować innych do działania.
19. Potrafię skutecznie zarządzać swoim czasem.
20. Często wprowadzam innowacyjne rozwiązania.
21. Cenię sobie uczciwość i integralność.
22. Lubię pracować nad długoterminowymi projektami.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

MODUŁ 2. NARZĘDZIA COACHINGOWE  
TEST STRENGTHSFINDE



1. 2. 3.

23. Często dzielę się swoją wiedzą i doświadczeniem z innymi.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

24. Czuję się zmotywowany, gdy mogę pracować nad nowymi pomysłami.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

25. Zawsze staram się dostrzegać pozytywne strony sytuacji.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

26. Lubię pracować w środowisku, które wspiera rozwój osobisty.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

27. Często podejmuję inicjatywę w grupie.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

28. Cenię sobie możliwość pracy z ludźmi z różnych środowisk.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

29. Potrafię dostrzegać długoterminowe skutki decyzji.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------

30. Czuję się spełniony, gdy mogę pomagać innym w osiągnięciu sukcesu.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------



## ANALIZA WYNIKÓW:

Podsumuj wyniki. Policz sumę punktów dla każdego talentu.  
Wybierz 2-3 talentów, których wyniki są najwyższe.

### Talent 1: Empatia

- Odpowiedzi: 5, 9, 18, 28, 30

### Talent 2: Strategiczne Myślenie

- Odpowiedzi: 1, 6, 12, 20, 29

### Talent 3: Dowodzenie

- Odpowiedzi: 2, 7, 13, 19, 27

### Talent 4: Organizacja

- Odpowiedzi: 8, 11, 17, 19, 22

### Talent 5: Optymizm

- Odpowiedzi: 10, 14, 15, 16, 25

## INTERPRETACJA:

### 1. Empatia

Masz wyjątkową zdolność do rozumienia i współodczuwania emocji innych ludzi.

**Zastosowanie w Pracy** - możesz być świetnym mentorem lub liderem zespołu, ponieważ potrafisz dostrzec i odpowiedzieć na potrzeby innych.

**Rekomendacje Rozwojowe** - skup się na rozwijaniu umiejętności komunikacyjnych i mediacyjnych.



**Potencjalne Pułapki** - uważaj, aby nie brać na siebie zbyt wiele emocjonalnego ciężaru innych ludzi.

## **2. Strategiczne Myślenie**

posiadasz zdolność do analizowania sytuacji i przewidywania przyszłych wyzwań i możliwości.

**Zastosowanie w Pracy** - świetnie sprawdzisz się w rolach wymagających planowania i strategii, takich jak zarządzanie projektami.

**Rekomendacje Rozwojowe** - pracuj nad rozwijaniem umiejętności analitycznych i planistycznych.

**Potencjalne Pułapki** - unikaj paraliżu analitycznego, czyli nadmiernego analizowania bez podejmowania działań.

## **3. Dowodzenie**

naturalnie przejmujesz inicjatywę i przewodzisz innym.

**Zastosowanie w Pracy** - doskonale sprawdzisz się w roli lidera zespołu lub menedżera.

**Rekomendacje Rozwojowe** - skup się na rozwijaniu umiejętności przywódczych i zarządzania zespołem.

**Potencjalne Pułapki** - uważaj, aby nie dominować nad innymi i pamiętaj o znaczeniu współpracy.

## **4. Organizacja**

masz zdolność do skutecznego planowania i organizowania zadań.

**Zastosowanie w Pracy** - idealnie pasujesz do ról wymagających zarządzania projektami i zasobami.



**Rekomendacje Rozwojowe** - doskonal umiejętności organizacyjne i zarządzania czasem.

**Potencjalne Pułapki** - uważaj na nadmierną kontrolę i pozostaw miejsce na elastyczność.

### **5.Optymizm**

zawsze widzisz pozytywne strony sytuacji i motywujesz innych do działania.

**Zastosowanie w Pracy** - sprawdzisz się w rolach, które wymagają motywowania i inspirowania zespołu.

**Rekomendacje Rozwojowe** - skup się na rozwijaniu umiejętności motywacyjnych i zarządzania zespołem.

**Potencjalne Pułapki** - uważaj, aby nie ignorować potencjalnych problemów i wyzwań.