

3 گام طلایی برای شناسایی سریع علایق و استعداد های پنهان



نویسندگان: مهدی محمدی و وحید رسولی فرد

گروه تحقیقاتی متا فکر

3 گام طلایی برای شناسایی سریع علایق و استعدادهای پنهان

برای داشته هایت شکرگذار باش تا بیشتر بهت برسه. اگر مدام روی نداشته هات متمرکز بشی هیچ وقت قانع نمی شوی. اپرا وینفری

اگه برای تحول در زندگی تنها قادر به انجام یک کار باشی شدیداً توصیه می کنم این کار پیدا کردن چیزی باشه که به اون علاقه شدیدی داری و برای طول زندگی همون کار رو انجام بده.

در برنامه هدف گذاری شاید مدام این فکر به سراغت بیاد که روی نداشته هات تمرکز کنی و فکرت درگیر موفقیت هایی بشه که کسب نکردی. در صورتی که تو باید به چیزهایی که داری متمرکز بشی. ذهنت باید روی دارایی ها باز باشه.

اگه به داشته هات فکر کنی می تونی تمام تفکرات منفی رو از خودت دور کنی. این باعث می شه ذهنت با افکار مثبت درگیر بشه.

پس از این به بعد قدردان چیزهایی باش که داری، تا این صفت تبدیل به یک عادت در تو بشه. قدرشناسی باعث نتایج فوق العاده ای در زندگی می شه. سلامت جسمی و روحی رو همراه داره، باعث بهبود روابط می شه و همچنین افزایش ثروت و....

برای این کار همیشه به چیزهایی که داری فکر کن این طرز تفکر باعث می شه که اتفاقات خوب بیش تری برات رخ بده. در واقع زندگی بیرونیت بازتابی از زندگی درونی و طرز تفکرت هستش. این سوالات بهت کمک میکنن قدر چیزهایی رو که داری بیشتر بدونی و دائماً اون رو برای خودت یادآوری کنی. تاکید می کنم این تمرینات رو باید روزانه انجام بدی و جزیی از کارهای روزانه ات به حساب بیاین.

گام اول: شناسایی علایق و استعدادها با جواب دادن به سوالات تست شده.

برای اینکه علایق و استعدادهای خودت رو بشناسی و راحتتر اهدافت رو مشخص کنی و به اون ها برسی، به سوالات زیر پاسخ بده.

3 گام طلایی برای شناسایی سریع علایق و استعدادهای پنهان

1. سه تا از ویژگیهای منحصربفرد خودت رو مشخص کن.

مثال: تلاشگر - مثبت اندیش

2. سه استعداد و توانایی منحصر به خودت که از زمان تولد داشتی.

مثال: هوش متوسط - ایده پرداز و داشتن افکار تخیلی

3. سه استعداد و توانایی که در خودت پرورش دادی.

مثال: پیگیری و اجرایی کردن ایده ها - روحیه و تلاش برای رسیدن به اهداف

4. سه مشخصه مثبت خانه و یا جایی که در اون کار می کنی و کاری که در اونجا انجام می دی.

مثال: فضای مناسب برای مطالعه در خانه - امکان دسترسی به اینترنت - آرامش - فضای مثبت از اطرافیان

5. سه پیشرفتی که در 5 سال گذشته در امور شخصیت به دست آوردی.

مثال: موفقیت در تحصیل - موفقیت در تدریس - موفقیت در دستیابی به مهارت خاص

6. فکر کن دنیا خیلی جذاب و زیبا و کامله، بنظرت دنیایی که کامله، چه شکلیه؟

مثال: همه به هم دیگه محبت میورزند - همه کار مورد علاقتون رو انجام می دن

7. پاسخ سوالات بالا رو ترکیب و جمله بندی کن و هر روز اونها رو مرور کن.

4 سوال کلیدی برای پیدا کردن علایق واقعی (نه اونچه که دیگران بهت تحمیل کردن) در 10 دقیقه

1. دوست داری زمان خودت رو صرف انجام چه کار مفیدی کنی؟ (از انجام چه چیزی بیشتر لذت رو می برید)

استعدادات ممکنه خودشون رو به روشهای دیگه نشون بدن. موضوعاتی تو مجله ها وجود دارن که نمی تونی به اندازه کافی اون ها رو درک کنی (بگیری)؟ آیا این موضوعات نشون میدن که شما عاشق اون موضوع هستی؟ در مورد چیزهایی که دوست داری بیشتر در وقت آزادت انجام بدی فکر کن. اگه به سمت اون ها کشیده شدی در واقع در اون ها یک استعداد طبیعی داری.

2. مشخص کن انجام چه کاری برات آسونه؟

بعضی وقتا کسی ممکنه کاری رو به سختی انجام بده اما تو به راحتی براش حلش میکنی. همون کار نشون دهنده استعداد تو در اون بخشه.

3. از صرف وقتت در چه مکانی بیشترین لذت رو می بری؟

4. در چه کاری نابغه و هوشیار هستی و اونرو بهتر از بقیه انجام می دی.

گام دوم: 3 گام عملی برای کشف استعداد هاتون از طریق دیگران

پیدا کردن استعداد هات واقعا بسیار ساده تر از چیزیه که ممکنه درک کرده باشی. 3 راه ساده برای پیدا کردن استعدادهای پنهان ات از طریق دیگران وجود دارد:



1. نظر دیگران رو در مورد خودت بشنو

گوش بده ببین دیگران در مورد ات چی میگن. و به اونها توجه کن. بعضی موقع ها میگن تو توی این کار خیلی ماهری ولی ما توجه نمیکنیم که در واقع در اون کار استعداد داریم.

2. موضوعی که قبلا اون رو خفه کردن (ساکت کردن علایق)



آیا یک موضوع خاصی بوده که دوست داشتی درباره اون صحبت کنی که اغلب مواقع دوستانت خواستن اون رو در نطفه خفه کنن؟ اون موضوع رو در نظر بگیر. احتمالا اون ممکنه یکی از استعداد های طبیعیت باشه یا به یکی از استعداد هات متصل باشه.

3. فقط بپرسید.



از هر کسی که میشناسی و میدونی که صادقانه در موردت نظر میده بپرس، چیزی رو که فکر میکنه که تو در اون استعداد داری. از اون فرد بخواه تا عاداتهای بدت رو نادیده بگیره و حداقل یک یا دو تا از چیزهایی که فکر میکنه تو بیشتر در اونها استعداد داری رو با تو به اشتراک بذاره. از تعداد زیادی افراد که تو رو می شناسن بخواه، اما همیشه یکی یکی از اونها بپرس. اگه نتایج رو گردآوری کنی استعداد های نهفته ت آشکار خواهد شد.



گام سوم: تکنیک های طلایی

شناخت استعدادها و علایق از شناخت خود انسان ناشی میشه.

شاید این حدیث رو شنیده باشی که "من عرف نفسه فقد عرف ربه" هرکس که خودش رو شناخت پس به تحقیق که خدای خود رو هم شناخته است.

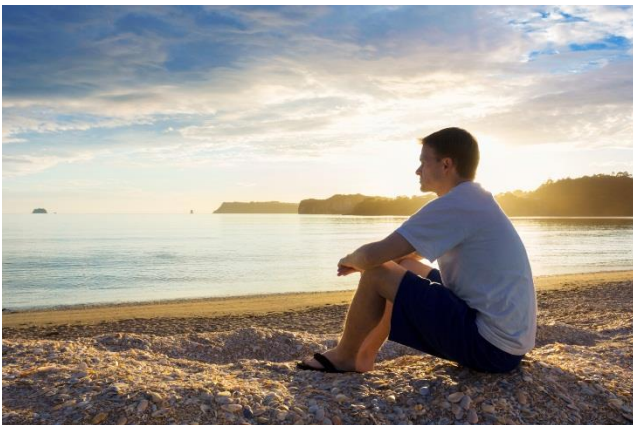
برای پیدا کردن علایق و استعدادها؛ باید:

1. تجربه نوشتن رو داشته باشی.



این نوشتن ممکنه شامل شرح حال، خاطرات، داستان و... باشه. به هر حال بنویس. نوشتن انسان رو در شناخت هر چه بیشتر و بهتر خودش کمک میکنه. هر روز سعی کن بنویسی. پس از یک ماه به نوشته های روزهای اولت برگرد و اونها رو بخون. خودت هم متوجه این خواهی شد که روز به روز تغییر کردی.

2. روی زندگانی خودت متمرکز شو.

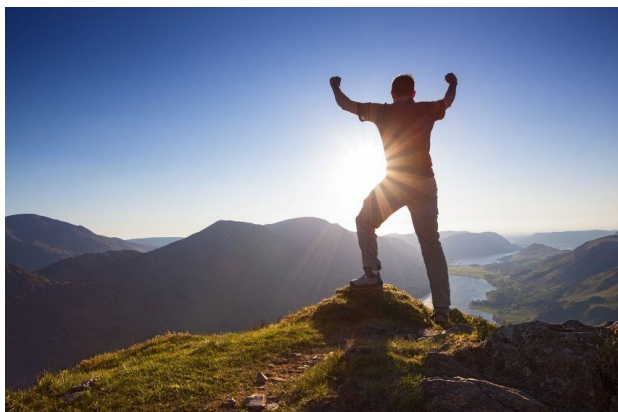


هر شب قبل از خواب، ساعتی رو به خودت اختصاص بده و به کارهای روزت فکر کن. ببین چه کارهایی رو انجام دادی. تمامی اونها رو روی برگه بنویس. به کجاها رفتی، چه مطالبی رو خوندی و... هر شب در ساعت آخر شب این کار رو انجام بده. پس از یک هفته یک بازنگری روی نوشته هات داشته باش. ببین که چه کارهایی رو بیشتر انجام دادی. وقتی که با دوستانت صحبت میکنی بیشتر مایل هستی که در چه زمینه هایی گفتگو کنی.

چه مطالبی رو بیشتر از رادیو و تلویزیون پیگیر هستی؟ یه سری به کتابخونه بزن. بیشتر در چه زمینه ای کتاب می خونی؟ به کتابفروشی های بیرون برو. چه کتابهایی تو رو بیشتر جذب می کنن؟ چه مطالبی رو دنبال می کنی و هر روز دوست داری اونها رو بخوانی و حتی کدومیک از مطالب رو آرشیو می کنی؟ در چه زمینه هایی صاحب نظر هستی؟ به این معنا که خیلی خوب از پس صحبت کردن در مورد اون مطلب بر می آیی و دوستانت تو رو تحسین میکنن و یا اینکه خیلی خوب به حرف هات گوش میدن؟

3 گام طلایی برای شناسایی سریع علایق و استعدادهای پنهان

3. به زندگی گذشته خود فکر کنید.



در چه زمینه هایی کار کردی و صاحب آثاری هستی. در چه زمینه هایی موفق بودی و احساس کردی که می تونی موفق باشی.

4. کتاب آشنایی با رشته های مختلف دانشگاهی رو تهیه و مطالعه کن یا اینکه نگاهی گذرا به فهرست کتاب و رشته های مختلف داشته باش و ببین که کدامیک از رشته ها بیشتر تو رو جذب می کنن.

5. کمتر صحبت کن، سعی کن بیشتر فکر کنی.



بیشتر شنوا باش تا گویا. در روایت از امام معصوم اومده که "الفکر ینیر القلب. فکر، قلب را نورانی می کند".

در تمامی این مواردی که ذکر شد، تو باید در هر مورد یادداشت کنی که به چه چیزهایی علاقه مند هستی و هر کدام از علایقت مربوط به کدام رشته دانشگاهیه و بعد بر اساس نتایج این موارد، تصمیم بگیر.

شناخت انسان از نفس، علایق و استعدادهایش روز به روز بهتر و بهتر میشه. به شرط اینکه با خودت صادق باشی.

3 گام طلایی برای شناسایی سریع علایق و استعدادهای پنهان

همراه عزیز متافکر سلام؛

امیدوارم که از خوندن این کتاب لذت برده باشی و با عمل کردن به تکنیک هایی که بهت گفته شد، بتونی علایق و استعداد هاتو شناسایی کنی

اگه می خوای با آموزش های گام به گام و تست شده در مسیر ثروت، موفقیت و خلاقیت قرار بگیری همین الان به این لینک برو و آموزش های بعدی رو بصورت کاملا رایگان دریافت کن

می خواهیم در مسیر موفقیت قرار بگیرم

در پایان این کتاب ازت می خوام که این کتاب رو به دوستان و تمام کسانی که دوست شون داری **هدیه** کنی.



هدیه دادن در:

بهترین سال های زندگی تان زمانی خواهد بود که مسئولیت زندگی تان را قبول کنید و درک کنید که مشکلات زندگی تان به خاطر مادرتان، معلم تان، دوست تان، رئیس جمهورتان و... نیست؛ به این نگرش برسید که سرنوشت تان در کنترل خودتان است.

آلبرت ایس (پایه گذار سبک رفتار درمانی عقلانی هیجانی)

متا فکر در شبکه های اجتماعی:

