

S

truttura

M

otivazione

I

mmaginazione/Innovazione

L

ungo termine

E

ntusiasmo



Ho tutto per svolgere questo compito? O cosa manca per fare un'analisi SWOT

Strength (Forze)	Weakness (Debolezze)
Opportunity (Opportunità)	Threats (Minacce)

Rispondi a queste domande:

Animale preferito:

Perchè?

Colore preferito:

Perchè?

“Acqua” preferita (mare, lago, fiume,...)

Perchè?

Se dovessi descriverti usando un mezzo di trasporto, quale sarebbe?

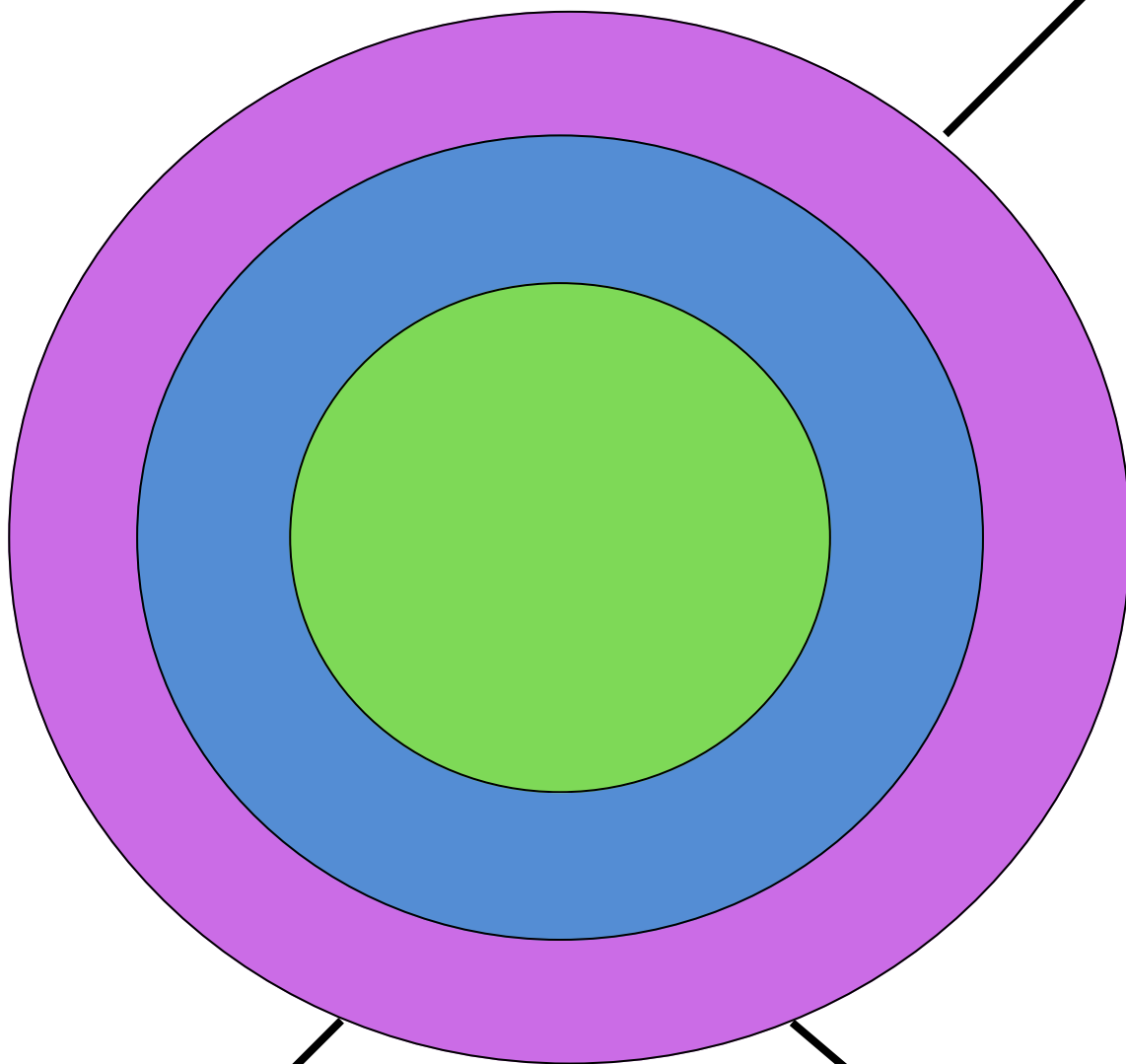
Ora definisci te stesso

VERDE - Sono a mio agio, è il posto perfetto

BLU - Non ho problemi, posso farlo

VIOLA - Ho un problema con questo ma se voglio migliorare devo affrontarlo

LINEE - Assolutamente NO!



Fattore WOW

	Fattore WOW	1=min , 5 = max				
1	Perseverante (che non si arrende facilmente)	1	2	3	4	5
2	Preparato/a	1	2	3	4	5
3	Il migliore	1	2	3	4	5
4	Creativo/a	1	2	3	4	5
5	Alle persone piacciono le tue idee	1	2	3	4	5
6	Sincero/a, che dice la verità	1	2	3	4	5
7	Piaci alle persone	1	2	3	4	5
8	Convincente, sei in grado di convincere le persone a fare ciò che pensi o a fare le cose come ti piace che siano fatte	1	2	3	4	5
9	Veloce e dritto/a al punto	1	2	3	4	5
10	Abile	1	2	3	4	5
11	Informato/a	1	2	3	4	5
12	Coraggioso/a	1	2	3	4	5
13	Sei memorabile?	1	2	3	4	5
14	Resiliente, sei una persona che non si arrende facilmente	1	2	3	4	5
15	Capace di ottenere un Sì!	1	2	3	4	5

Fai la somma dei punti:

70-75 - WOW

60-69 - OK!

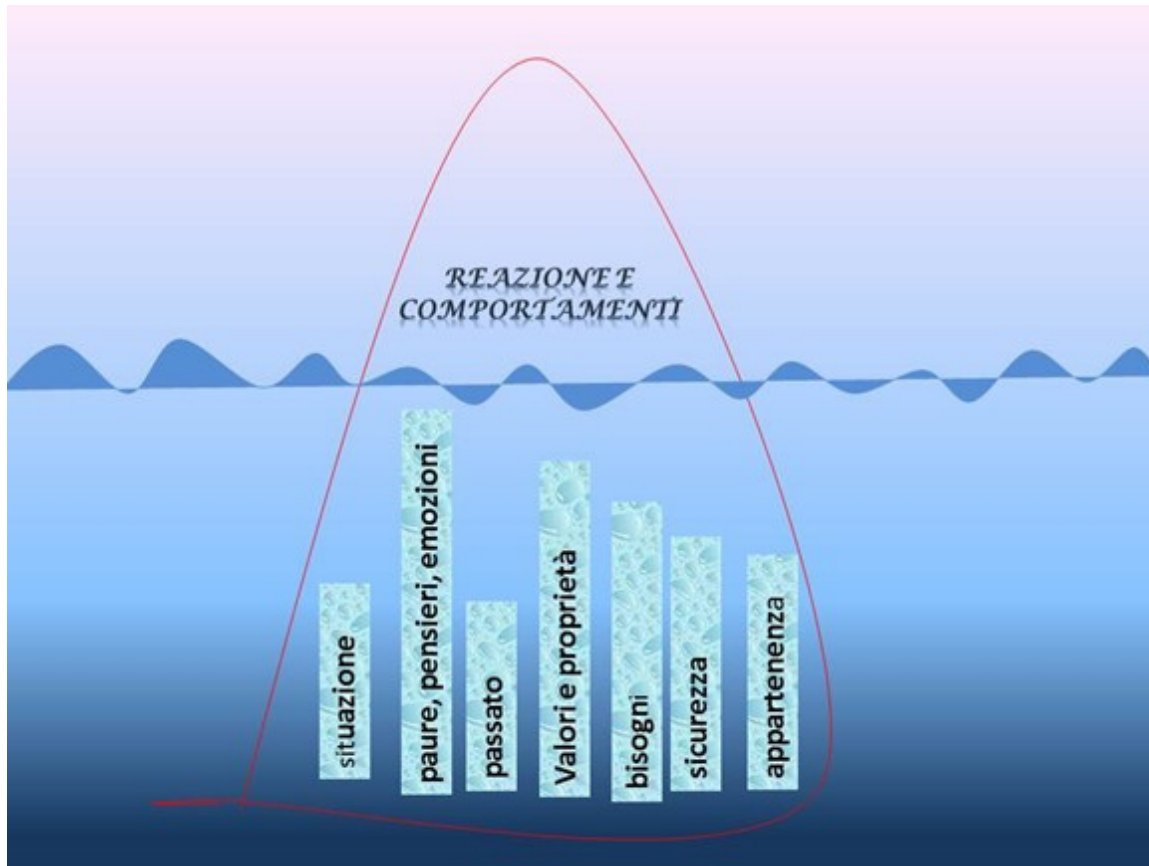
50-59 - C'è bisogno di lavorarci sopra

15-49 - C'è del lavoro da fare ma ce la puoi fare con SMILE

Identifica dove hai ottenuto un punteggio basso e costruisci una strategia SMILE dove identifichi come migliorare

Cosa è successo? Cosa sarebbe successo se...?

Scrivi di una situazione dove il risultato non è stato quello che ti aspettavi, considera le seguenti informazioni:



Situazione	Qual'è stata la reazione dell'altra persona?	Cosa volevi ottenere?	Avresti potuto reagire/fare diversamente?	Quale sarebbe stato il possibile risultato?
1				
2				
3				
4				

Fai ai tuoi amici e colleghi le seguenti domande:

1. **Cosa ti piace di me? Cosa continua a far sì che tu mi apprezzi?**
2. **Puoi parlarmi di una situazione in cui hai apprezzato il mio comportamento o qualcosa che ho fatto e perchè?**
3. **Quale situazione non ho gestito molto bene e perchè?**
4. **Puoi darmi alcuni suggerimenti su come migliorarmi ?**
5. **C'è qualcosa che faccio che ti dà fastidio? Perchè?**
6. **C'è qualcosa che faccio che ti piace realmente tanto? Perchè?**

Ora, prendendo in considerazione tutti gli esercizi fatti in precedenza, crea una frase che include tutto e che ti descrive:

Io sono...