

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Jak odkryć i rozwijać swoje talenty?

Paulina Przyszańska

Uniwersytet Ekonomiczny we Wrocławiu

Data: 02.12.2024r.



UNIWERSYTET
EKONOMICZNY
we Wrocławiu

Talent –kiedyś...



W starożytności była to jednostka miary masy – ok. 30 kg.

Kto z Was waży 1 talent?



W średniowieczu była to jednostka miary pieniądza

1 talent = 240 srebrnych denarów

Talent – dziś



- wrodzone uzdolnienia
- potencjał
- inteligencja i chęć samorealizacji
- skłonność do dalszej nauki, rozwoju; umiejętność uczenia się
- zaangażowanie



Jak rozwijać swoje talenty?

- Każdy talent wymaga kształtowania i rozwoju
- Talent łatwo jest zmarnować!

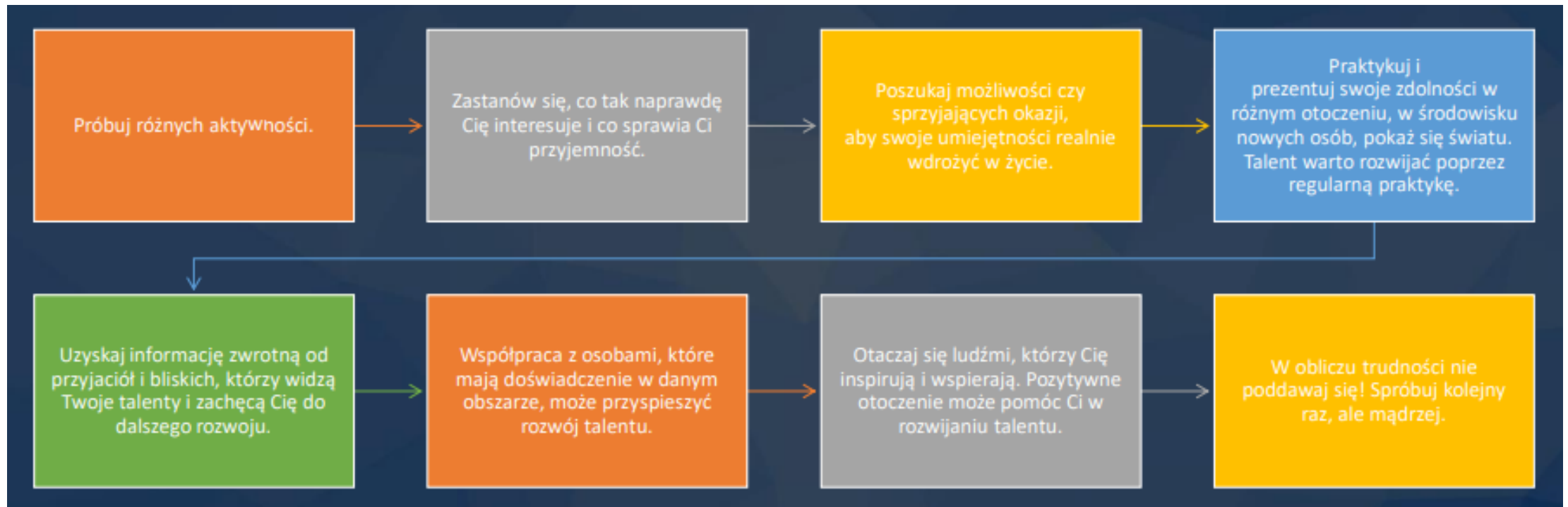


Szczęśliwy mózg



Jeżeli skoncentrujesz się na **dobrych wydarzeniach**, to **Twój mózg** przybierze inny kształt, będzie zaprogramowany na siłę i odporność, realistycznie optymistyczne nastawienie, pozytywny nastrój oraz poczucie własnej wartości

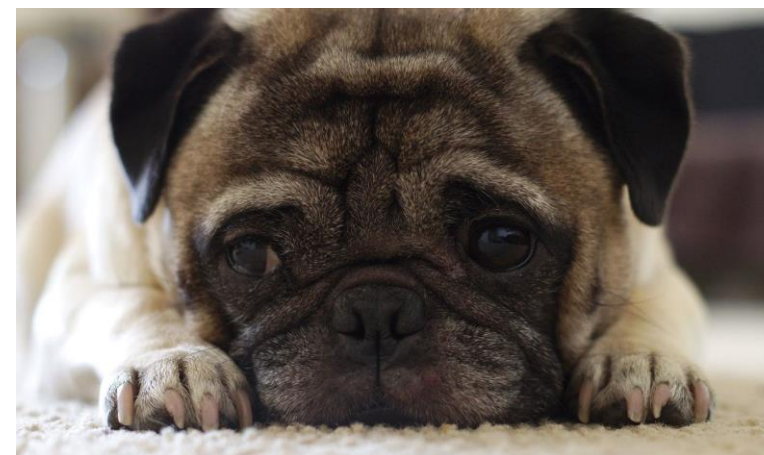
Jak rozwijać swój talent?



Barrierey rozwoju talentów



- Brak wiary w siebie ☹️
- Pesymizm: na pewno mi się nie uda ☹️
- Brak wsparcia od innych ☹️
- Brak opanowania stresu ☹️
- Nieznajomość własnych talentów ☹️
- Brak zainteresowania swoimi talentami ☹️



Czynniki wsparcia rozwoju talentów

- Dobra samoocena 😊
- optymizm, wiara w siebie 😊
- Wsparcie od rodziców, nauczycieli, przyjaciół 😊
- Zarządzanie stresem 😊
- Ciągłe poszukiwanie i sprawdzanie swoich talentów 😊
- Poświęcanie czasu swoim talentom 😊



Co konkretnie robić?



- poznawać nowe rzeczy, uczyć się, poszerzać wiedzę
- brać udział w konkursach
- próbować się w różnych dziedzinach
- chodzić na zajęcia dodatkowe
- wykonywać nowe prace: plastyczne, rzeźbiarskie, itp.
- brać udział w projektach –organizacja pracy, talenty leaderskie, negocjacyjne
- interesować się i inspirować zajęciami kolegów/koleżanek
- ćwiczyć (np. śpiew, grę na instrumencie)
- ćwiczyć panowanie nad stresem



**powodzenia w odkrywaniu
i rozwijaniu Waszych talentów!**

