



Retrato Lumina Spark
Desarrollo personal inspiracional y práctico

Introducción

"Entre estímulo y respuesta existe un espacio. En ese espacio está nuestro poder de elegir nuestra respuesta. En nuestra respuesta está nuestro crecimiento y nuestra libertad."

Viktor Frankl

La intención de este retrato es elevar tu auto conciencia y ayudarte a entender tus comportamientos. Puedes utilizar este conocimiento para ser más eficaz en hacer que las cosas sucedan y para mejorar tu comunicación con los demás.

En el corazón de este enfoque hay un cuestionario que mide diferentes aspectos de tu comportamiento. Este retrato, basado en años de investigación psicológica, te brindará algunos indicadores sobre cómo te comportas, reconocerá tus fortalezas (y cómo en ocasiones las exageras) e identificará las conductas que raramente aplicas. También realizará distinciones entre tu comportamiento y tus motivaciones.

Entrando en la mentalidad correcta

Primero, una regla básica realmente importante: esto es información completamente confidencial. Solamente tiene la intención de ayudarte a desarrollarte, aunque sí sugerimos que consideres compartirla con aquellos en quienes confías.

Ten una actitud abierta a la retroalimentación en este retrato, su intención es ayudarte a realizar cambios positivos.

Enfócate en las observaciones de este retrato que piensas que realmente pueden ayudarte a desarrollarte. Ve esto como una oportunidad para trabajar en la mejora personal.

Cuando leas tu retrato, es primordial recordar que ninguna cualidad es más importante que otra. Cada aspecto de quien eres puede probar ser una fortaleza crucial dependiendo de la situación y el momento en el que te encuentres. Este retrato no es un juicio de quien eres; simplemente es una ayuda para guiarte hacia un mejor sentido de auto conciencia, que te permitirá reconocer tus fortalezas y posibles áreas de desarrollo en el futuro próximo.

Tus Fortalezas y Posibles Debilidades

Tus fortalezas naturales son:

- Tienes una mente abierta para el manejo de tareas. Al no desechar ninguna posibilidad, mantienes más opciones abiertas para ti y para tu equipo.
- Mantienes bien tus emociones fuera del proceso de toma de decisiones. Te enfocas en el objetivo verdadero todo el tiempo y no permites que cualquier distracción impacte tu juicio.
- Es muy importante para ti que los demás te vean como una persona digna de confianza. Piensas que la confianza es una cosa muy valiosa y no quieres arriesgar perderla al no cumplir.

Estas son algunas de tus posibles debilidades:

- Cuando has tomado tiempo en deliberar y después dar tu palabra de que vas a cumplir algo, puedes manejar el tiempo con obsesión. Esta fijación en asegurarte de cumplir tus metas te puede llevar a exigencias exageradas tanto para ti como para aquellos con los que trabajas.
- Tienes una amplia red social, pero cuida que esto no te quite demasiado tiempo. Hay demasiada gente en tu vida y puede ser difícil seguir tus prioridades.

Algunos métodos de desarrollo sugeridos:

- Para asegurarte de que tus opiniones sean consideradas cuidadosamente, piensa bien tus palabras antes de hablar. De esta manera, puedes captar cualquier potencial error mental o verbal antes de que ocurra.
- Trata de hacer más esfuerzo por comunicarte por escrito. Esto te ayudará a mantener tus ideas registradas tanto como registrar el progreso. También te ayudará a mantener tus pensamientos en orden y te dará comprensión del desarrollo del proceso por el cual han pasado tus proyectos e ideas.

Tus Preferencias en la Comunicación

Cómo prefieres comunicarte con otros:

- Tu enfoque flexible significa que te gusta considerar los puntos de vista de otras personas e integrarlos a tus ideas propias.
- En una discusión solamente te expresarás luego de haber analizado la situación. Tú habrás considerado profundamente tu opinión antes de compartirla.
- Cuando se habla de responsabilidad y otros temas similares, tú tiendes a tener una actitud muy seria.
- Disfrutas tomar la iniciativa en las conversaciones. Aprovechas todas las oportunidades para hablar.

Cómo te gusta que los demás se comuniquen contigo:

- Te gusta que la gente te involucre en el proceso creativo.
- Te gusta que la gente apoye sus argumentos racionalmente.
- Te gusta que los otros demuestren que son tan confiables como tú para mantener su palabra y cumplir los compromisos. Te resulta fácil y fructífero trabajar con gente así.
- Te gusta cuando la gente permite que la conversación continúe, incluso después de que todos los temas necesarios han sido cubiertos. En pocas palabras, disfrutas charlar.

Tu Mandala (círculo) de Color

