



Para pensar

Nossa percepção de nós mesmos é muito complexa. Pode ser bem difícil identificar nossos talentos mais extraordinários, que estão, muitas vezes, onde menos esperamos. Podemos até mesmo ser muito bons em algo que achamos que somos ruins. Há boas razões para explorar seus talentos, mas isso pode dar algum trabalho.

Pensando nisso, compartilhamos alguns pontos para você refletir que podem te ajudar a ter mais clareza sobre quais são seus pontos fortes.

Certifique-se de que você está num lugar tranquilo e que tem alguns minutos para refletir sobre o assunto.

Preparado?

Abra sua mente para todos os caminhos É provável que realmente não perceba alguns de seus talentos, portanto, um bom começo para se autoavaliar é abrir sua mente para as possibilidades. Lembre-se de que os talentos vão além de tocar guitarra ou dançar como um profissional. Eles têm diversas formas e se estendem para muitas áreas da vida. Por exemplo, ser capaz de decifrar emoções de forma muito precisa é um talento muito útil.

Reveja seu passado. Para refletir sobre si mesmo na busca por seus talentos, comece pensando no seu passado. Pense no que já fez, nas coisas que gostava de fazer, nos momentos em que teve destaque. Faça perguntas a si mesmo, como: “O que mais me orgulhei de fazer?” ou “Quando fiquei tão orgulhoso de mim mesmo que nem me importei com o que os outros pensaram?”

Pense em coisas que o deixam feliz. Os seus dons podem surgir a partir de coisas que o deixam feliz. Visualize o que ama de fazer. As pessoas o elogiam por este talento? Elas pedem a sua ajuda com isso? Você pode não ver nisto um talento, mas provavelmente é.