Познай себя

Шаг 1- Цель

Я хочу быть №1...

Шаг 2 - SWOT анализ

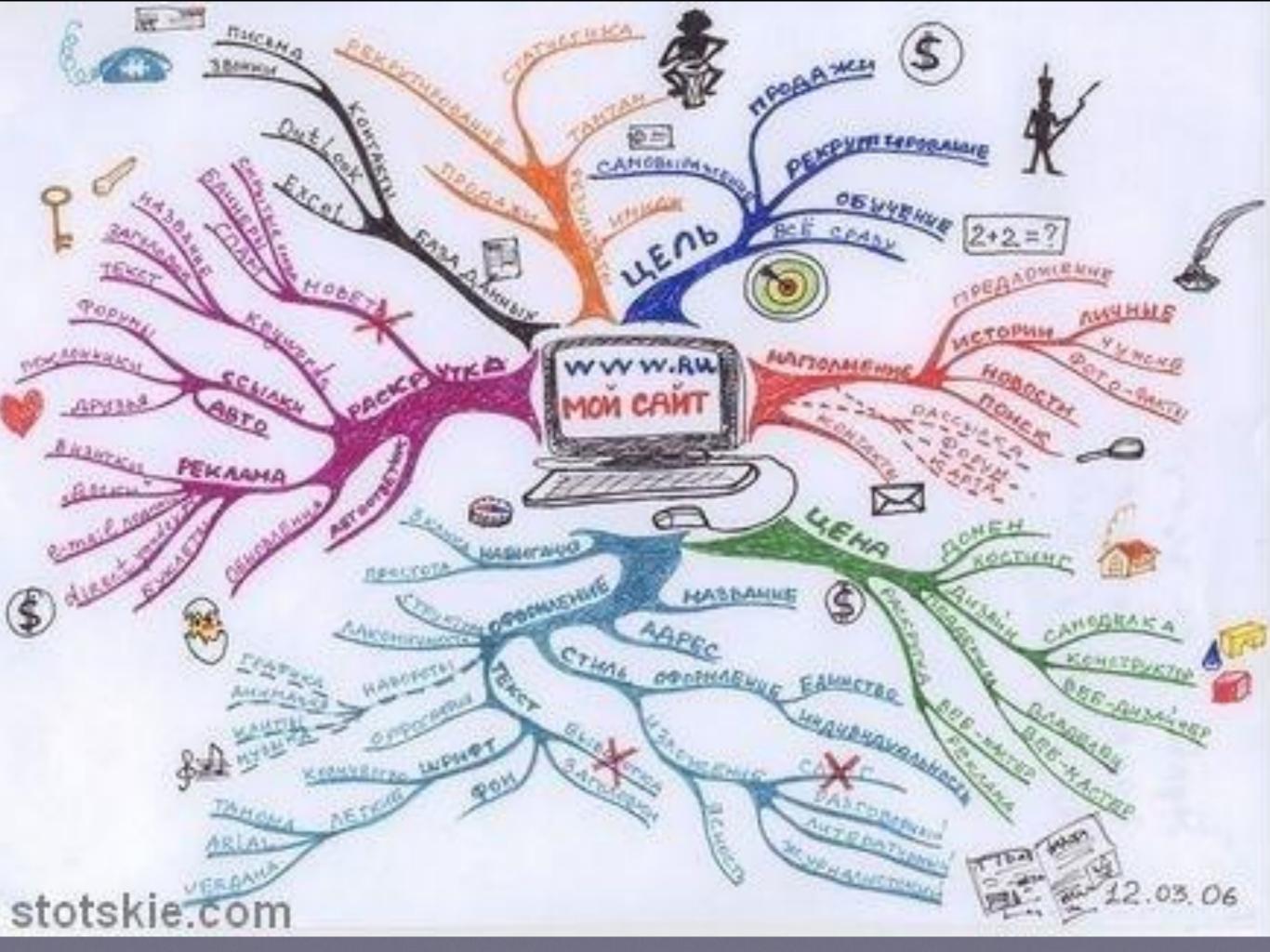
Сильные стороны

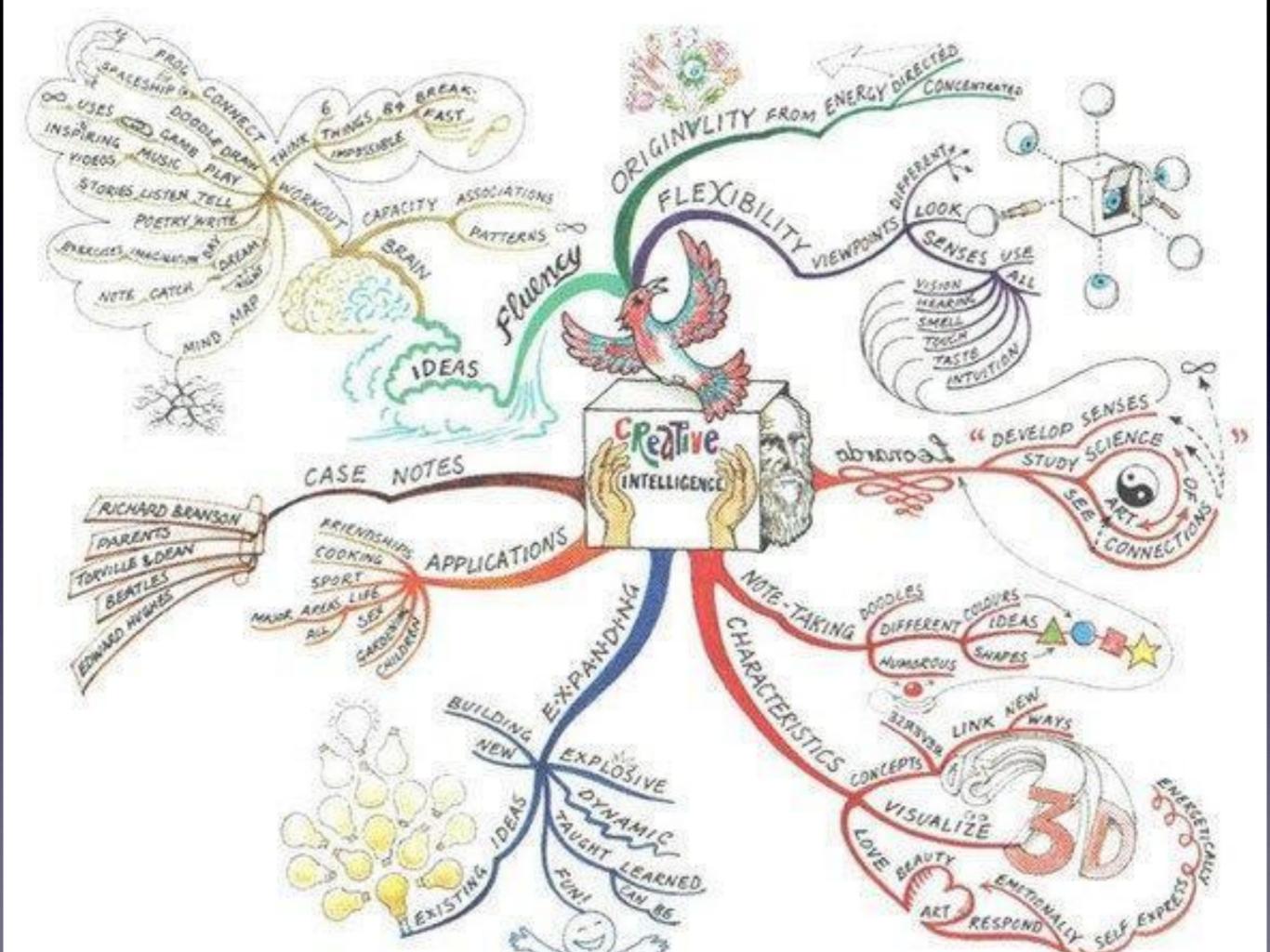
Слабые стороны

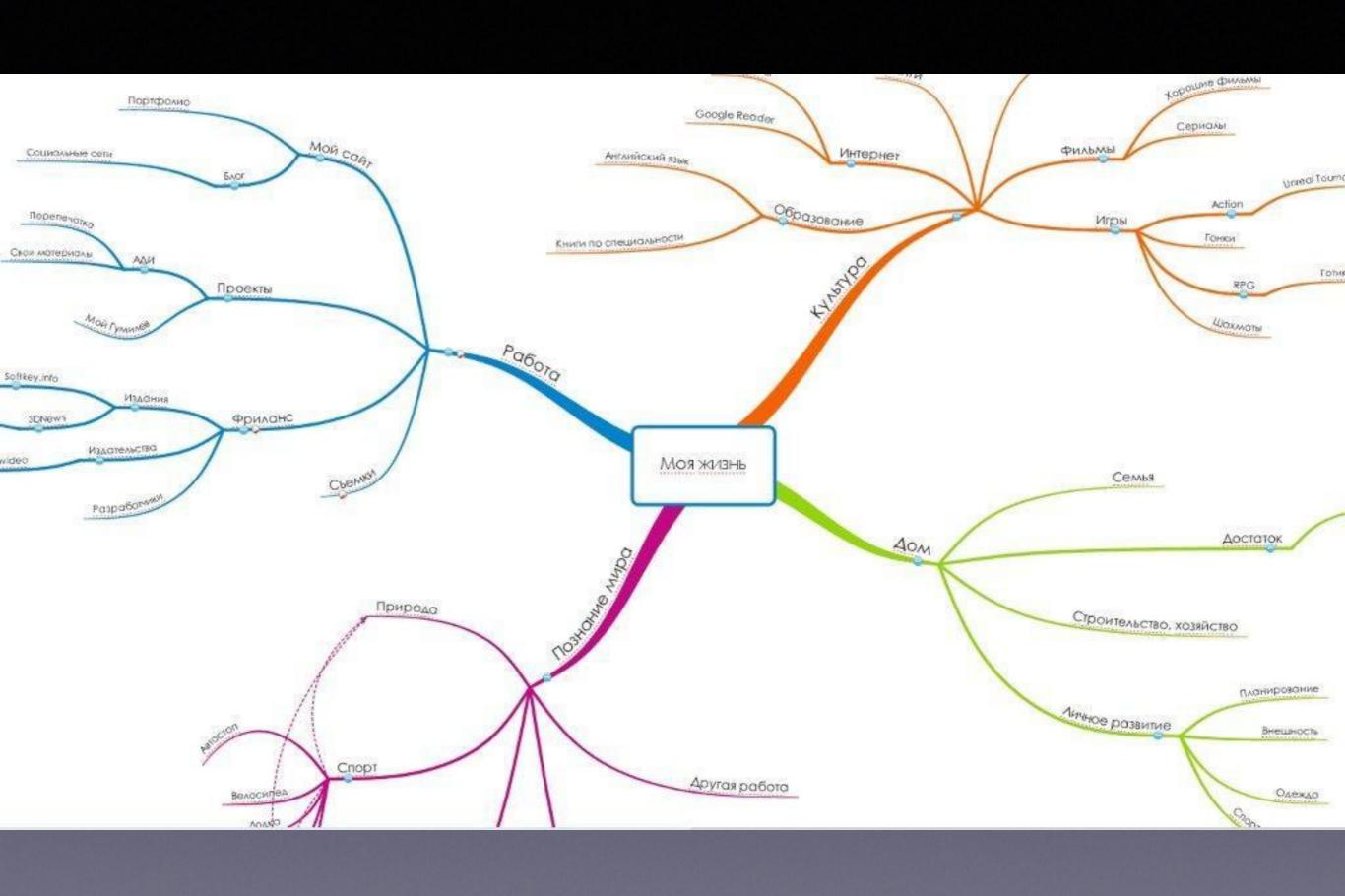
Возможности

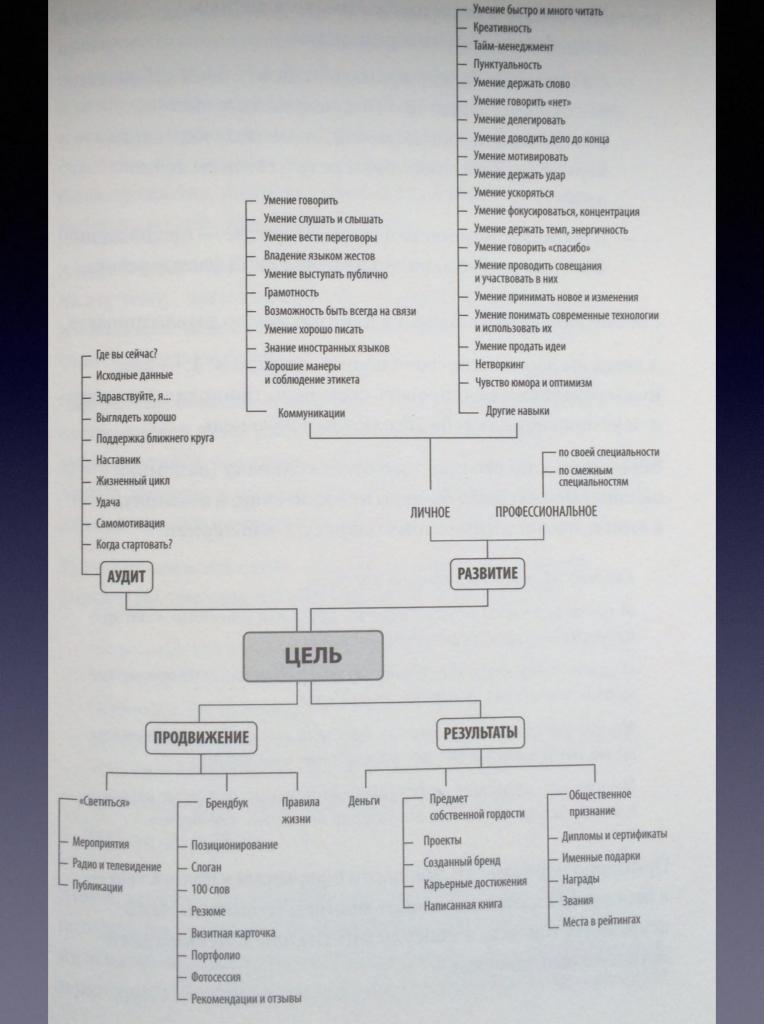
Угрозы

Шаг 3 - Майнд мэпинг









Шаг 4 - аудит

Посмотрите на этот список врожденных и приобретенных своих качеств и отметьте галочкой, какие из них мешают вам добиться своей цели.

Рост	Голос	
Bec	Состояние кожи	
Телосложение	Состояние волос	
Осанка	Состояние зубов	
Походка	Запах	
Драйв и общий тонус	Суетливость	

Шаг 4 - аудит

Требуется ли что-то скорректировать в ваших именах, псевдонимах, адресах, никах и аватарках? Отметьте галочкой нужные пункты.

- Имя, Фамилия, Отчество
- Прозвище, звание, титул
- Псевдоним
- Адрес электронной почты
- Аватарка
- Автоподпись
- Ники в соцсетях

Шаг 4 - аудит

Посмотрите на себя со стороны. Не нужно ли что-то изменить в своем имидже? Отметьте галочкой нужное.

Внешний вид

Одежда

Обувь

Аксессуары

Запах

Хорошая физическая форма

Ухоженное лицо

Шаг 5 - Развитие

Коммуникации

Важность навыка (ставьте галочку напротив тех, которые для вас наиболее важны)	Насколько он у меня развит?(Оцените по шкале от 1 до 5)	Приоритет по развитию/улучшению
Умение говорить	1 2 3 4 5	ABC
Умение слушать и слышать	12345	ABC
Умение вести переговоры	12345	ABC
Владение языком жестов	12345	ABC
Умение выступать публично	12345	ABC
Грамотность	1 2 3 4 5	ABC
Возможность быть всегда на связи	12345	ABC
Умение хорошо писать	1 2 3 4 5	ABC
Знание иностранных языков	12345	ABC

Другие навыки

Важность навыка (ставьте галочку напротив тех, которые для вас наиболее важны)	Насколько он у меня развит?(Оцените по шкале от 1 до 5)	Приоритет по развитию/улучшению
Умение быстро и много читать	12345	ABC
Креативность	12345	ABC
Тайм-менеджмент	12345	ABC
Пунктуальность	12345	ABC
Умение держать слово	1 2 3 4 5	ABC
Умение говорить «нет»	1 2 3 4 5	ABC
Умение делегировать	12345	ABC
Умение доводить дело до конца	1 2 3 4 5	ABC
Умение мотивировать	12345	ABC
Умение держать удар	12345	ABC

Умение держать темп, энергичность	1 2 3 4 5	ABC
Умение говорить «Спасибо»	1 2 3 4 5	ABC
Умение проводить совещания и участвовать в них	12345	ABC
Умение принимать новое и изменения	12345	ABC
Умение понимать современные технологии и использовать их	12345	ABC
Умение продать идеи	1 2 3 4 5	ABC
Нетворкинг	1 2 3 4 5	ABC
Чувство юмора и оптимизм	1 2 3 4 5	ABC

Правила жизни