

ЧЕК-ЛИСТ Насколько ты проявляешься как ОРЕЛ?

БУДЬ ОРЛОМ, А НЕ УТКОЙ. На первый взгляд у утки с орлом много общего. Но в действительности они в корне отличаются друг от друга. Внимательно присмотревшись, ты сразу отличишь утку от орла. Отметь галочкой все пункты, с которыми у тебя порядок, как ты считаешь, и оцени в процентах свою эффективность в жизни и бизнесе: В комментариях противоположенные ответы - примеры того, как проявляются утки. Проходить повторно и заполнять этот чек-лист необходимо столько раз и до тех пор, пока твой суммарный балл не станет выше 90%

1. Столкнувшись с трудностями, ты ищешь ответ на вопрос: «Как это можно сделать?» Утки фокусируются на трудности и говорят: «Я не смогу этого сделать».
2. Ты по жизни всегда оптимист. Утки считают себя реалистами. (Именно так характеризуют себя пессимисты)
3. Ты всегда делишься со всеми только о положительными достижениями. Утки делятся друг с другом только негативными переживаниями. Они даже устраивают по этому поводу целые утиные собрания.
4. Обычно ты делаешь больше того, что от тебя требуется. Утки делают только самое необходимое, - обычно самый минимум, а иногда не делают даже этого.
5. Ты открыт к новому и всегда готов учиться потому, что тебе проще взять и сделать.

Утки считают, что они уже и так все знают, и всегда найдут причину, чтобы что-то не

6. Своей задачей ты считаешь любым способом найти решение. Утки находят отговорки и веские причины, объясняющие невозможность чего-то.
7. Иногда ты чувствуешь страх, но это не мешает тебе действовать. Утки никогда не идут на риск.
8. В каждой проблеме ты видишь возможности. Утки в любом шансе и возможности видят прежде всего проблему.
9. Ты предпочитаешь говорить о людях только хорошее или предпочитаешь молчать, когда сказать нечего. Утки злословят по поводу окружающих в их отсутствие. Это позволяет им почувствовать собственную значимость.
10. Ты принимаешь решение быстро, потому что у тебя есть своя четко определенная система ценностей, ты прислушиваешься и доверяешь своей интуиции.
Уткам требуется много времени для того, чтобы сделать выбор, но они очень быстро пересматривают уже принятые решения.
11. Ты концентрируешь на решение проблем и действуешь безотлагательно. Утки концентрируются на своих проблемах и только говорят об этом еще раз и еще раз.
12. Ты умеешь прощать. Утка долгие годы вспоминает о допущенной в отношении ее несправедливости.
13. Ты берешь на себя полную ответственность за свою собственную жизнь и добываешь себе то, что тебе необходимо. Утки ждут, пока их накормят, а если им не хватает еды, начинают плакаться об этом и обвиняют всех и вся в своих бедах.
14. Ты получаешь то, что любишь. Утки вынуждены любить то, что имеют.

делать.

15. Ты относишься к пустякам так, как они того заслуживают.
Утки бурно реагируют на каждую мелочь и видят в этом смысл жизни.
16. Ты поднимаешься на самые недоступные вершины.
Для уток весь мир состоит только из их маленького пруда.
17. Ты уверен в себе и поэтому всегда изменяешь обстоятельства.
Утки жалуются на обстоятельства потому, что сомневаются в себе и имеют низкую
самооценку.

Если твой суммарный балл меньше 90%, то поднять уровень можно только благодаря переоценки своих верований, ценностей и смене ограничивающих убеждений. Сделать переоценку можно путем участия в специальных трансформационных программах (самообразование, тренинги личностного роста, поддержка ментального наставника, коучинг и т.п.) Поблагодари человека, который дал тебе этот чек-лист. Успехов!

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: https://checklists.expert

как это убрать?