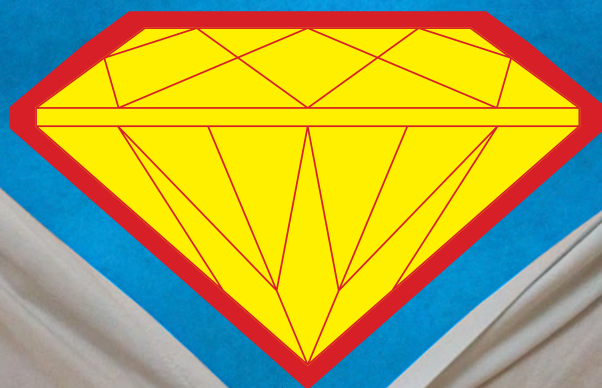


encontro os meus  
**talentos**

NA DESCOBERTA DO MEU PROPÓSITO



**traga à consciência o que faz de si único  
e através disso, constua a sua vida com significado**

**QuestionAr-t**

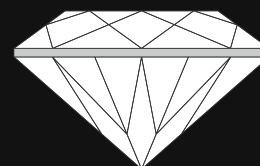
FAZ  
BOAS  
PERGUNTAS

[questionar-t.com](http://questionar-t.com)

NA DESCOBERTA DO MEU PROPÓSITO

encontre  
os meus

# talentos



traga à consciência o seu brilho máximo que faz de si único e através disso, encontre o seu propósito de vida.

**e-book em PDF** com **exercícios práticos**

que o ajudarão a tomar consciência dos seus talentos - a base impulsionadora do seu propósito de vida!

**Documento com 20 páginas.**

**Mostramos só algumas páginas de todo o documento!**

Para fazer o **download**

é necessário adicionar o produto ao carrinho, preencher todos os dados e fazer o pagamento.

Enviaremos um e-mail de seguida com o link para download.

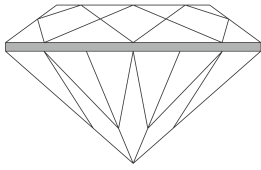
Muito obrigado,  
Equipa QUESTIONART®

**QuestionAr.t**®

faz boas perguntas

questionar-t.com

DOWNLOAD  
PDF



# encontro os meus talentos

Bem-vind@!

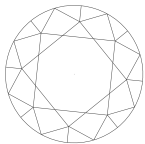
Os **talentos** são os maiores aliados na concretização dos nossos sonhos e objetivos. Quando aplicamos de forma consciente os nossos **talentos**, sentimo-nos plenos e conectados com o nosso brilho máximo. Os **talentos** são a base impulsionadora de qualquer projecto que tenha para a sua vida.



O que são **talentos**?

*"Talento é qualquer padrão recorrente de pensamento, sensação ou comportamento que possa ser usado produtivamente. Assim, se você é instintivamente curioso, isso é um talento. Se é competitivo, isso é um talento. Se é sedutor, isso é um talento."*

Definição dada por Marcus Buckingham, autor do livro "Now, Discover Your Strengths" (na edição brasileira "Descubra os seus pontos fortes" - não editado em Portugal)



Todos nós temos **talentos**. Todos os **talentos** que fomos desenvolvendo ao longo do nosso crescimento, são únicos e permanentes. Manifestam-se de forma recorrente e com total naturalidade porque fazem parte da nossa individualidade e daquilo que nos define. Muitas vezes, os **talentos** estão debaixo do nosso nariz mas nós não os conseguimos ver. Se prestarmos um pouco de atenção, iremos conseguir perceber que os nossos **talentos** vão deixando algumas pistas que podem ser subtis mas estão lá.

Essas pistas são:

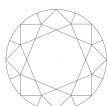
**1 • Aprendizagem Rápida:** Quando aprendemos alguma coisa e toda a informação nova é assimilada rapidamente, significa que temos prazer nisso e, muito provavelmente, está um talento oculto por detrás dessa actividade.



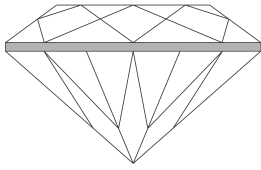
**2 • Desejos:** A vontade que nos puxa para uma actividade e o desejo de a querer fazer muitas vezes.

**3 • Prazer:** Todos os nossos talentos nos dão de alguma forma algum tipo de prazer. Prazer em fazer aquela actividade, em reagir perante uma situação, em contribuir para uma tarefa, em procurar fazer bem e ser reconhecido por isso.

**4 • Flow (Fluxo ou Experiência Máxima):** Acontece quando fazemos algo de forma imensamente absorvida, quando não damos conta do tempo passar, quando nos esquecemos do mundo e estamos num estado de concentração altíssima. Sentimos uma sensação de controlo, um foco temporal no momento presente, uma suspensão temporária da autoconsciência reflexiva e transcendência da individualidade e uma auto-estima muito elevada.







# encontre os meus talentos

## Talento é:



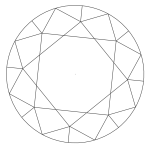
**Prazer** • Algo que dá prazer na execução. Quando se faz, não se sente angústias, só satisfação.

**Potencialidade** • É algo que sempre soube fazer. Não é algo que tenha aprendido (pode ter aperfeiçoado). Mesmo que descoberto tardiamente, é algo que faz parte de todos nós.

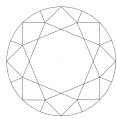
**Repetição** • Conseguimos repetir sempre, com sucesso. Não é algo esporádico.

**Valorização** • É algo que é valorizado por outras pessoas.

**Facilidade** • Algo que conseguimos fazer muito facilmente.



Antes de começarmos a procurar quais são os seus **talentos**, faremos um pequeno teste para que comece a ganhar consciência deste assunto na sua vida. Vamos perceber que lugar ocupam, se acredita no seu potencial e se os usa de forma adequada.



Das respostas apresentadas de a) a d), selecione a que faz mais sentido para si.

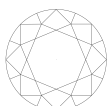
### 1) Talento é:

- a) Um dom que me destaca dos outros.
- b) Algo que eu sei fazer bem.
- c) Um dom reservado só para alguns.
- d) Uma competência que eu desenvolvi.



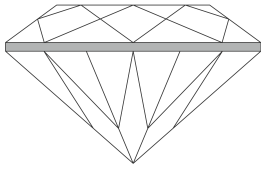
### 2) Acha que um talento...

- a) É uma aptidão a fazer algo e pode ser usado em várias áreas da vida.
- b) Pode ser usado numa área da vida se eu me esforçar.
- c) Ocorre "por acaso" numa área da vida qualquer.
- d) Limita-se a uma única área da vida.



### 3) Todas as pessoas têm talentos?

- a) Sim, mas poucos têm consciência disso.
- b) Sim, mas é difícil identificá-los.
- c) Não, só alguns privilegiados.
- d) Não, talento não existe.



# encontro os meus talentos

## CALCULE OS PONTOS

Resposta a) = 3 pontos

Resposta b) = 2 pontos

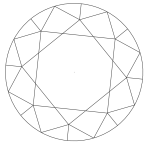
Resposta c) = 1 ponto

Resposta d) = 0 ponto



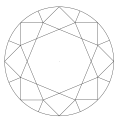
## ENTRE 31 E 45 PONTOS

Vê a vida de forma dinâmica! Em vez de corrigir os seus "defeitos", prefere investir tempo e energia em aperfeiçoar as suas qualidade e assim desenvolver um verdadeiro ponto forte: a capacidade de manter um desempenho constante em determinada atividade. Talento + conhecimento teórico + conhecimento prático é uma combinação vitoriosa que lhe permite seguir em frente. Ela proporciona um aumento significativo de auto-estima e portanto, de autoconfiança. Nada melhor do que ousar, seguir em frente e realizar!



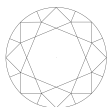
## ENTRE 16 E 30 PONTOS

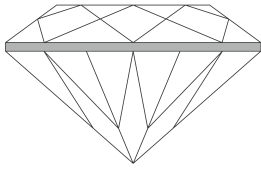
Tem certa ideia do que é um talento e acha que, além de competências e conhecimento, existe algo a mais que é capaz de fazer a diferença em certas ocasiões. Acredita que um talento é raro, mas pensando bem, a raridade não seria o talento empregado com discernimento num contexto adequado? Supõe que talento se limita a uma única área da vida. Porque não utilizar os seus talentos pessoais no plano profissional? E vice-versa? Não é uma pena deixar enterrado um tesouro de qualidade e pontos fortes? Um sucesso esporádico é bom. Um sucesso que se repete é melhor ainda!



## ENTRE 0 E 15 PONTOS

Não acredita muito em talentos. Para si, é algo que "não existe" ou então pensa em comparar-se a Mozart ou Picasso e acha que o talento passou longe daquilo que se sente ser... Deixamos algumas perguntas para que reflita antes de seguir em frente: Sabe realmente o que se entende por talento? Saberria definir essa palavra e listar as coisas que podemos realizar quando temos consciência dos nossos talentos? Como se sentiria se decidisse alargar os seus limites para se desenvolver e correr atrás do que deseja?





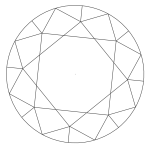
# encontro os meus talentos

.....  
.....



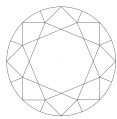
**6 •** Quando navega pela internet, o que costuma visitar por prazer?

.....  
.....  
.....  
.....



**7 •** Que atividades faria durante horas sem que desse conta do tempo a passar?

.....  
.....  
.....  
.....



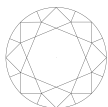
**8 •** Quais os assuntos e temas que repete mais vezes nas suas conversas?

.....  
.....  
.....  
.....



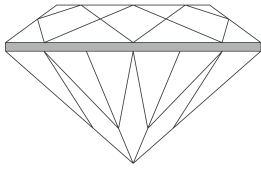
**9 •** Que tipo de coisas fazem os seus olhos brilhar e o coração bater mais animado?

.....  
.....  
.....  
.....



**10 •** Com o que é que gostaria de trabalhar se o dinheiro não existisse?

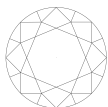
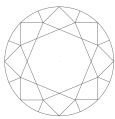
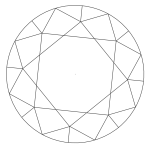
.....  
.....  
.....  
.....



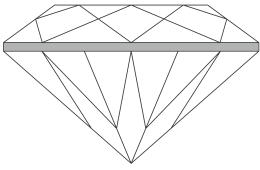
# encontre os meus talentos

## LISTA DE TALENTOS

A lista abaixo tem como objectivo ajudar no vocabulário sobre termos que representam talentos. Não é a lista total dos talentos que representam todas as pessoas, é somente alguns exemplos que o podem ajudar a definir os seus. Este teste é um teste intuitivo. Desta lista, vá seleccionando (☑) os que sente serem os seus talentos. No final, confronte todos os seleccionados e obtenha uma lista com os 5 principais, os que mais pensa definir os seus talentos.



- Adaptável
- Empático
- Equilibrado
- Protector
- Analítico
- Tem muitas ideias
- Generoso
- Inventor
- Carismático
- Reflexivo
- Compassivo - tem compaixão pelos outros
- Curioso
- Focado
- Gerente
- Sensual
- Competidor
- Pensamento estratégico
- Facilitador
- Educador
- Comunicador
- Prudente
- Carinhoso
- Bom com números
- Realizador
- Bom ouvinte
- Criativo
- Disciplinado
- Relaciona-se com facilidade
- Entusiasmado
- Investigador
- Estudioso
- Responsável
- Expressa-se bem através da escrita
- Harmonizador
- Organizado
- Senso estético
- Expressa-se bem através do movimento
- Pacificador
- Motivador
- Gosta de entreter pessoas



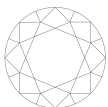
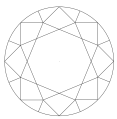
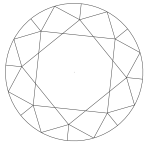
# encontro os meus talentos

Conectar-se com os seus **talentos** e as suas paixões, permite que aceda ao seu melhor e ao mesmo tempo se sinta com mais energia e motivação.

Alguém que está consciente dos seus **talentos**, que ama o que faz, não só no trabalho, nos tempos livres e na vida como um todo, que vive o que acredita e valoriza, que deixa florescer o seu potencial, que expressa os seus dons de forma genuína, é uma semente para um mundo melhor. Não se trata só de se sentir mais feliz consigo próprio mas, de oferecer o seu melhor ao mundo.

Assim, da próxima vez que se aperceber do medo em colocar os seus **talentos** no mundo, pense: porque estou a deixar de lançar esta semente? O que é que o mundo ao meu redor perde por eu esconder as minhas riquezas? Como seria a minha realidade se deixasse a minha luz brilhar? Qual é o meu propósito de vida ao usar os meus talentos de forma produtiva no meu dia-a-dia?

**Permita-se!**



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

*Autenticidade é a prática diária de abandonar quem nós pensamos que devemos ser e assumir quem realmente somos!*

EXCLUSIVAMENTE PARA USO PESSOAL © QUESTIONAR-T®



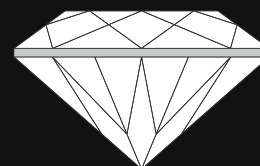
FAZ  
BOAS  
PERGUNTAS  
questionar-t.com



NA DESCOBERTA DO MEU PROPÓSITO

encontre  
os meus

# talentos



traga à consciência o seu brilho máximo que faz de si único e através disso, encontre o seu propósito de vida.

**e-book em PDF** com **exercícios práticos**

que o ajudarão a tomar consciência dos seus talentos - a base impulsionadora do seu propósito de vida!

**Documento com 20 páginas.**

**Mostramos só algumas páginas de todo o documento!**

Para fazer o **download**

é necessário adicionar o produto ao carrinho, preencher todos os dados e fazer o pagamento.

Enviaremos um e-mail de seguida com o link para download.

Muito obrigado,  
Equipa QUESTIONART®

**QuestionAr.t**®

faz boas perguntas

questionar-t.com

DOWNLOAD  
PDF