

TEST 5. - SEBEDŮVĚRA

Vyhodnocení

Za každou odpověď zaškrtnutou v kolonce pod záhlavím *Ano* vám náleží 2 body, *Nevím* 1 bod, *Ne* 0 bodů.

17 bodů a méně

Je zřejmé, že vám do značné míry chybí dostatečná důvěra ve vlastní schopnosti.

Možná je tomu tak proto, že jste poněkud zakřiknutí, anebo máte sklon posuzovat příliš skromně to, čeho jste již dosáhli, třeba až do té míry, že pak někdy jednáte ze setrvačnosti.

Skromnost ovšem mnoha lidem imponuje, zejména když dospějí k závěru, že dotyčná osoba dosahuje mnohem lepších výsledků i vyššího stupně vlastní způsobilosti, než si sama přisuzuje. Nicméně, mohlo by vám být ku prospěchu, kdybyste se občas v klidu zamysleli, abyste mohli objektivněji zhodnotit, čeho jste již v životě dosáhli a pro jakou činnost jste obzvláště disponováni ve srovnání s těmi osobami, které působí mnohem sebejistějším dojmem. Nelze totiž vyloučit, že poté budete příjemně překvapeni i povzbuzeni uspokojivými závěry, k nimž takovou analýzou dospějete, a je dosti pravděpodobné, že by se do budoucnosti mohla podstatně zvětšit i vaše důvěra ve vlastní schopnosti.

Je-li bezprostřední příčinou nedostatku zdravé sebedůvěry vaše ostýchavost, obzvláště v přítomnosti většího počtu lidí, tak byste se s nimi měli častěji stýkat, třeba při určité zájmové činnosti. Například, hrajete-li dobře šachy, staňte se členy šachového klubu. Pocítíte-li touhu naučit se některému z cizích jazyků, přihlaste se do kursu na jazykové škole.

Dokážete-li zvýšit svou sebedůvěru, můžete očekávat, že se tím stanete důvěryhodnějšími v očích svých bližních, a v důsledku toho pak lze předpokládat, že ve svém životě dosáhnete podstatně výraznějších úspěchů.

18 až 35 bodů

Udržujete si neokázalé sebevědomí a jste připraveni příležitostně podstoupit nějaké to riziko, třebaže celkově upřednostňujete zajištěné osobní bezpečí, a proto se také běžně do ničeho nehnete.

Nepostrádáte potřebnou důvěru ve vlastní schopnosti, a jste natolik obezřetní, že dbáte na to, abyste uplatňovali realistický přístup, odrážející se i ve vašich neukvapených a konstruktivních rozhodnutích, k nimž obvykle dospějete po pečlivém zvážení všech rozumných alternativních možností volby.

36 až 50 bodů

Oplýváte sebedůvěrou a jste si naprosto jisti svými schopnostmi téměř při všem, co konáte. Nepochybně byste se uplatnili jako členové krizového managementu při řešení vyhrocených krizových situací.

Zajímáte se o vše, co se děje kolem vás, což bývá příznačné právě pro sebejisté jedince, plné sebedůvěry. Například jakmile byste se dověděli, že má ve vaší firmě dojít ke komplexní reorganizaci, hned byste začali projevovat příznivý kooperativní postoj, abyste se mohli do plánované reorganizace co nejefektivněji zapojit, a věřili byste, že by se vám následně mohly podstatně zlepšit vaše vyhlídky na lepší uplatnění v budoucnosti. Méně sebevědomý kolega by mohl být, na rozdíl od vás, takovou zprávou třeba i vyděšen, protože by se začal hrozit toho, že by reorganizace ve svém důsledku případně znamenala propouštění nebo změny v jeho pracovní náplni.

Své sebevědomí byste měli za jistých průvodních okolností poněkud krotit. Mohlo by třeba docházet i k tomu, že byste podstupovali zbytečná rizika nebo že by vás někteří lidé považovali za ztřeštěnce či nafoukance.

A mějte na paměti, že úspěch se zpravidla dostavuje až po cílevědomé a náročné práci; nepřichází jen proto, že jej očekáváte.