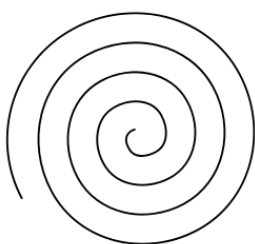


KWESTIONARIUSZ TRYBU BADACZA

JAK PODCHODZISZ DO ODKRYWANIA NOWYCH MOŻLIWOŚCI?

To, w jaki sposób eksplorujesz świat i podchodzisz do wyzwań, ma ogromny wpływ na Twoją zdolność do uczenia się i wprowadzania zmian. Tryb badacza to coś więcej niż ciekawość – to gotowość do zadawania pytań, odkrywania nieoczywistych rozwiązań i testowania nowych dróg. Niektórzy naturalnie poszukują nowości i inspiracji, inni wolą przewidywalność i sprawdzone schematy. **Oba style mają swoje zalety – ten kwestionariusz pomoże Ci zrozumieć, który z nich dominuje u Ciebie i czy jest coś, co warto wzmocnić, aby żyć zgodnie z sobą.**



Instrukcja:

Przeczytaj każde stwierdzenie i oceń, na ile odzwierciedla ono Twój sposób myślenia i działania. **Pamiętaj, że odpowiadasz na te pytania tylko dla siebie** – nie ma dobrych ani złych wyników. To okazja do refleksji nad tym, jak na co dzień podchodzisz do nauki, eksploracji i rozwoju.

Skala odpowiedzi:

- 1 – Zdecydowanie nie
- 2 – Raczej nie
- 3 – Czasem tak, czasem nie
- 4 – Raczej tak
- 5 – Zdecydowanie tak

Chętnie podejmuję nowe wyzwania, bo każda sytuacja może być okazją do rozwoju.	1	2	3	4	5
Kiedy ponoszę porażkę, postrzegam to jako dowód na to, że nie mam do czegoś zdolności. [O]	1	2	3	4	5
Niepowodzenia to tylko kroki w drodze do sukcesu, a nie definitywna porażka.	1	2	3	4	5
Zazwyczaj trzymam się sprawdzonych metod, starannie ważąc ryzyko nowego podejścia. [O]	1	2	3	4	5
Czasem powstrzymuje mnie strach przed porażką, ale mimo to próbuję nowych rozwiązań.	1	2	3	4	5
Często zadaję pytania typu „Co jest jeszcze możliwe?” lub „Co by było gdyby?”.	1	2	3	4	5
Lubię zdobywać nowe informacje i odkrywać rzeczy, których wcześniej nie zauważałem(-am).	1	2	3	4	5
Ucząc się nowych rzeczy, szczególnie trudnych, czuję ciekawość i ekscytację.	1	2	3	4	5
Jeśli coś mi się nie uda, traktuję to jako okazję do nauki i wyciągania wniosków na przyszłość.	1	2	3	4	5
Zwykle wybieram to, co już sprawdziło się wcześniej. [O]	1	2	3	4	5
Lubię testować nowe sposoby działania, nawet jeśli wiąże się to z pewnym ryzykiem.	1	2	3	4	5
Często zastanawiam się, jak rzeczy mogłyby wyglądać inaczej i czy da się je ulepszyć.	1	2	3	4	5
Nie lubię sytuacji, w których nie wiem, jakie będą konsekwencje moich działań. [O]	1	2	3	4	5
Dzięki wytrwałości mogę rozwijać wszystkie umiejętności, które są dla mnie istotne.	1	2	3	4	5
Jeśli coś mi nie wychodzi, często tracę chęć do dalszej pracy. [O]	1	2	3	4	5

INTERPRETACJA WYNIKÓW - Tryb Badacza

„A co, jeśli...?” – To pytanie może zmienić wszystko.

To właśnie pytania napędzają świat. Otwierają drzwi do przyszłości, której jeszcze nawet nie dostrzegasz. Twój wynik w tym kwestionariuszu to nie etykieta – to punkt wyjścia do refleksji nad tym, jak podchodzisz do nauki, eksploracji i zmiany.

Jak często pozwalasz sobie na odkrywanie, zadawanie nowych pytań i testowanie nieoczywistych ścieżek? A może wciąż szukasz odwagi, by wejść w nieznane?

Oblicz swój wynik:

- Najpierw odwróć wartości odpowiedzi w pytaniach oznaczonych jako [O] (1 $\rightleftharpoons$ 5, 2 $\rightleftharpoons$ 4, 3 pozostaje bez zmian).
- Zsumuj swoje odpowiedzi. Wynik może wynosić od 15 do 75 punktów.

61–75 punktów – Masz w sobie naturalny głód odkryć

Twój umysł to laboratorium możliwości – fascynuje Cię to, co jeszcze nieznane, a świat widzisz jako przestrzeń do ciągłej eksploracji. Niepowodzenia traktujesz jak część procesu uczenia się, a pytania typu „Co by było, gdyby...?” są dla Ciebie naturalne.

Z ciekawością podchodzisz do nowych doświadczeń i rzadko pozwalasz, by strach przed błędem Cię zatrzymał. Masz skłonność do poszukiwania niestandardowych rozwiązań i testowania różnych podejść. Inspirują Cię nowe idee i możliwości – uwielbiasz uczyć się i odkrywać.

Jak coaching ze mną może Ci pomóc?

Twoja ciekawość i otwartość to ogromne zasoby – ale czy Twoje pomysły przekładają się na konkretne działania? Coaching pomoże Ci nadać strukturę Twoim eksploracjom i upewnić się, że prowadzą do realnych zmian. Może nosisz w sobie wizję, która do tej pory była mglistym przeczuciem? Może są pytania, których jeszcze sobie nie zadałeś(-aś)?

Spróbujmy razem je odnaleźć i stworzyć plan przyszłości, jaką chcesz dla siebie budować.

40–59 punktów – Ciekawość w równowadze z ostrożnością

Twoje podejście do nowych doświadczeń jest wyważone – potrafisz eksplorować, ale jednocześnie cenisz sprawdzone rozwiązania. Wiesz, że rozwój wymaga prób i błędów, ale czasem wahasz się przed postawieniem kroku w nieznane. Cenisz zdobywanie nowej wiedzy, ale nie zawsze masz ochotę na testowanie niesprawdzonych rozwiązań. Czasami myślisz: **„Czy to na pewno dla mnie?”**, zanim spróbujesz czegoś nowego.

Jak coaching ze mną może Ci pomóc?

Coaching może pomóc Ci **przełamać subtelne bariery, rozpoznać obszary, w których możesz pozwolić sobie na więcej odwagi i lepiej wykorzystywać swoją ciekawość**. Być może są aspekty Twojego życia, w których intuicyjnie czujesz, że warto by było poszukać nowego podejścia, ale brakuje Ci przestrzeni na eksplorację? **Co mogłoby się zmienić, gdybyś dał(-a) sobie więcej swobody na odkrywanie i eksperymentowanie?**

15–39 punktów – A jeśli...? (Tak, to pytanie jest dla Ciebie!)

Być może bardziej cenisz przewidywalność niż spontaniczne odkrywanie. Nowe wyzwania mogą budzić w Tobie niepokój, a niepowodzenia wydają się czymś, czego lepiej unikać. Możliwe, że preferujesz stabilność i znajome ścieżki. Niepewność może sprawiać, że trudno Ci podjąć decyzję o spróbowaniu czegoś nowego. Może rzadko pozwalasz sobie na eksperymentowanie, bo czujesz, że musisz „znać odpowiedź”, zanim zaczniesz działać.

Coaching ze mną może być dla Ciebie sposobem na eksplorowanie nowych możliwości w bezpiecznym i wspierającym środowisku. Czy są ścieżki, których nigdy nie brałeś(-aś) pod uwagę, ale mogłyby dać Ci nową jakość życia? Możliwe są pytania, które warto sobie zadać – nie po to, by od razu zmieniać wszystko, ale by zobaczyć, co może czekać po drugiej stronie?

CO DALEJ?

Twoje podejście do nauki i odkrywania świata nie jest czymś stałym – możesz je kształtować, rozwijać i dostosowywać do swoich potrzeb. Każdy z nas może nauczyć się zadawać lepsze pytania, podejmować bardziej świadome decyzje i testować nowe podejścia.

Coaching to przestrzeń, w której możemy to zrobić razem. Pomogę Ci wyostrzyć Twoją wizję przyszłości, odkryć niewykorzystane możliwości i stworzyć strategię, dzięki której Twój sposób myślenia będzie działał na Twoją korzyść. Jak wyglądałoby Twoje życie, gdybyś pozwolił(-a) sobie na więcej odkrywania i zadawania śmiałych pytań? Co, jeśli Twoja ciekawość mogłaby stać się Twoim największym sprzymierzeńcem?

A więc... **co jeśli to właśnie teraz jest moment, by zacząć?**

Prawa autorskie, ochrona danych i zaproszenie do dalszej pracy

Treść niniejszego kwestionariusza, w tym pytania, interpretacja wyników i struktura, jest objęta prawem autorskim. Wszelkie prawa zastrzeżone. Kopiowanie, rozpowszechnianie lub wykorzystywanie treści w celach komercyjnych bez pisemnej zgody autora jest zabronione.

?? Ochrona Twojej prywatności:

Kwestionariusz jest przeznaczony do Twojej osobistej refleksji. Proszę, nie przysyłaj mi swoich wyników drogą mailową ani w inny sposób – ochrona Twoich danych jest dla mnie priorytetem. Jeśli zdecydujemy się na współpracę coachingową, w trakcie procesu mogę zaproponować Ci podobne narzędzie, dostosowane do Twojej sytuacji.

?? Co dalej?

Jeśli to doświadczenie było dla Ciebie wartościowe, rozważ kolejny krok! Coaching może pomóc Ci jeszcze pełniej wykorzystać Twój potencjał i przełożyć refleksje na realne działanie.

✨ Podziel się inspiracją!

Znasz kogoś, kto mógłby skorzystać z podobnej refleksji? Zapraszam do udostępnienia mojej strony internetowej osobom, które mogą być zainteresowane coachingiem.

?? Sprawdź aktualne dane kontaktowe na mojej stronie internetowej i skontaktuj się, jeśli chcesz dowiedzieć się więcej.

© Anna Chuderska, <https://mindcompasscoaching.com/> [2025]