

**Styl myślenia
a styl działania
i komunikowanie się z innymi –
według metodologii FRIS**

FRIS® to polskie narzędzie diagnostyczno-rozwojowe

FRIS® trafnie określa i opisuje Twój naturalny sposób myślenia oraz działania. Pokazuje, jak najlepiej wykorzystać naturalne predyspozycje – w pracy, w relacjach, w rozwoju osobistym.

Jest prosty

FRIS® jest prosty, intuicyjny i spójny. Przystępnie i zrozumiale wyjaśnia jak ludzie podejmują decyzje i rozwiązują problemy.

Jest praktyczny

**Znajomość FRIS® możesz szybko zastosować,
poznając i lepiej wykorzystując w praktyce swoje
naturalne predyspozycje.**

Jest polski

FRIS® stworzono na podstawie wyników polskich badań. Rozwijamy i dopasowujemy ją do polskich realiów.

**Model FRIS® opiera się o 4 perspektywy
poznawcze: FAKTY – RELACJE – IDEE – STRUKTURY
(w skrócie „FRIS”).**

**Wyjaśniają one jakim informacjom nadajesz
największy priorytet, szczególnie w nowych
sytuacjach**

Perspektywa FAKTÓW

Jest to szybka ocena faktów ze względu na przydatność do osiągnięcia konkretnego celu.

Bazuje na sprawnym rozpoznawaniu związków przyczynowo-skutkowych.

Osoba z dominującą perspektywą faktów to ZAWODNIK.

Perspektywa RELACJI

Jest to intuicyjne rozpoznawanie tego, co łączy osoby, obiekty i zdarzenia. Związki te są najczęściej odbierane w sposób bardzo osobisty i subiektywny.

Osoba z dominującą perspektywą relacji to PARTNER.

Perspektywa IDEI

**Jest to wychodzenie poza obecny stan rzeczy,
odbierany jako jedna z możliwych alternatyw.
Wynika ze swobodnego podważania obecnych i
odkrywania nowych zależności.**

Osoba z dominującą perspektywą idei to WIZJONER.

Perspektywa STRUKTUR

Jest to wnikanie w głąb istoty problemu, aby uzyskać jego kompletny i spójny obraz. Wymaga operowania na wysokim poziomie szczegółowości z dużą liczbą kryteriów.

**Osoba z dominującą perspektywą struktur to
BADACZ.**

Perspektywy FRIS® opisują Twoje style

Styl Myślenia

Opisany przez jedną i niezmienną perspektywę.

W nowych sytuacjach doświadczenie nie podpowiada nam gotowych rozwiązań. Zazwyczaj wtedy reagujemy, wykorzystujemy informacje i podejmujemy decyzje w typowy dla siebie sposób. W psychologii poznawczej nazywa się go stylem poznawczym lub stylem myślenia.

Styl Działania

Opisany przez kompozycję wszystkich używanych perspektyw.

Styl Działania pokazuje jakimi perspektywami uzupełniasz Twój Styl Myślenia w działaniu i określa, w jakich sytuacjach możesz go najsprawniej wykorzystywać. Wynika nie tylko z naturalnych predyspozycji, ale również z doświadczeń i upodobań.

Dlaczego są dwa różne style?

Twój Styl Myślenia opisuje reakcje, które są dla Ciebie najbardziej naturalne i swobodne.

W rzeczywistości jednak duży wpływ na Ciebie mają również:

- **doświadczenia**
- **wartości**
- **przyzwyczajenia**
- **otoczenie**

Styl Myślenia a Styl Działania

- Jedna perspektywa FRIS®
- Niezmienny i trwały
- Naturalne predyspozycje
- Percepcja i pierwsza reakcja
- Kompozycja perspektyw FRIS®
- Może ewoluować w czasie
- Przyjmowana postawa
- Sposób osiągnięcia celów

Dopiero połączenie Styl Myślenia + Styl Działania mówi o tym co jest dla Ciebie najbardziej naturalne oraz jak te predyspozycje możesz najskuteczniej wykorzystać w praktyce!

Co charakteryzuje Styl Działania FRIS®?

Kompozycja perspektyw FRIS®

Opisywany przez wszystkie perspektywy, którymi jest uzupełniany Styl Myślenia, czyli jedna dominująca perspektywa FRIS®.

Określa przyjmowaną postawę

Opisuje w jakich sytuacjach i w jaki sposób najskuteczniej jest wykorzystywany Styl Myślenia w praktyce, dzięki czemu jest również łatwo obserwowalny.

Wskazuje strategię działania

Wychodzi poza Twoją spontaniczną reakcję i opisuje czy preferujesz działania krótko czy długoterminowe, współpracę czy niezależność, teorię czy praktykę.

Opisuje sposób osiągnięcia celów

Łączy Styl Myślenia z indywidualnymi preferencjami i dzięki temu daje cenne wskazówki dotyczące m.in. właściwej i satysfakcjonującej roli zawodowej.

Może ewoluować w czasie

Proporcje perspektyw mogą stopniowo ulegać zmianom pod wpływem doświadczeń, treningu, czy zmiany sytuacji zawodowej.

Istnieje 14 Stylów Działania

W każdym Stylu Działania perspektywy FRIS® tworzą kompozycję składającą się z 1, 2 lub 3 aktywnych i widocznych w działaniu perspektyw.

Jak powstaje Styl Działania?

Styl Działania to dominująca perspektywa FRIS® (czyli Twój Styl Myślenia) wzbogacona o wszystkie perspektywy, które są u Ciebie aktywne.

Styl Myślenia

dominująca perspektywa FRIS®

+

preferencje

perspektywy wspierające, które wynikają z doświadczeń, upodobań, zwyczajów, warunków oraz wpływu otoczenia

=

Styl Działania

kompozycja wszystkich aktywnych perspektyw FRIS®

Dziękuję za uwagę

Monika Magdziarek

monika.magdziarek@ue.poznan.pl