

# BUDOWANIE WŁASNEGO WIZERUNKU



# BUDOWANIE WŁASNEGO WIZERUNKU

Marka osobista to nie ma być nasz marketing, pi-ar (PR *Public Relation*).

My - to nie okładka w kolorowym magazynie czy gwiazdorstwo w social mediach.



Marka osobista ma być dla nas solidnym fundamentem.

Składa się na to:

- ❖ zaufanie,
- ❖ wiarygodność,
- ❖ profesjonalizm,
- ❖ rzetelność.

# BUDOWANIE WŁASNEGO WIZERUNKU

w życiu prywatnym, w szkole/pracy

Jak mówisz

Jak chodzisz

Jakich masz znajomych

Twój zawód

Czym się interesujesz



Jak się ubierasz

Jakie masz umiejętności  
autoprezentacji

Jaką masz pracę

Jak wypełniasz swoje  
obowiązki

Jak rozwiązujesz konflikty

# BUDOWANIE WŁASNEGO WIZERUNKU

## 7 ZASAD BUDOWY ★ MARKI ★ OSOBISTEJ



### POZNAJ SIEBIE

Poznaj swoje mocne i słabe strony, zrób analizę SWOT, dowiedz się, jak postrzegają Cię inni ludzie.

### CO CIĘ WYRÓŻNIA?

Znajdź 2-3 elementy, które świadczą o twojej wyjątkowości.



### ZOSTAŃ EKSPERTEM

Wybierz dziedzinę, w której się wyspecjalizujesz. Zdobywaj wiedzę, umiejętności i dziel się doświadczeniem.

### DZIAŁAJ KONSEKWENTNIE

Regularnie przebijaj się ze swoim przekazem. Opracuj strategię i harmonogram działań w social mediach.



### KIM SĄ TWOI ODBIORCY? JAK IM POMAGASZ?

Dokładnie określ, kim są Twoi odbiorcy. Dawaj im wartość: edukuj, dostarczaj rozrywki czy możliwości rozwoju.

### PODKREŚLAJ SWOJĄ ORYGINALNOŚĆ

Nie bój się pokazywać, że jesteś człowiekiem z krwi i kości. Ekspozuj swoje hobby, pasję, a nawet niedoskonałości.



### WERYFIKUJ SWÓJ WIZERUNEK

Czy budowany przez Ciebie wizerunek jest Tobie bliski i czy się z nim utożsamiasz? Nie bój się w razie czego zmieniać strategii!



# BUDOWANIE WŁASNEGO WIZERUNKU

Nasza tożsamość, czyli poczucie własnej osoby dotyczy zarówno aspektów osobistych, ale i społecznych.

Przynależymy do społeczeństwa, identyfikujemy się z jakąś grupą, w której pełniemy określone role i musimy umieć funkcjonować w niej zgodnie z naszą osobowością.

Chcemy być postrzegani przez innych pozytywnie, bo to też buduje naszą pewność siebie i naszą indywidualność.

**WAŻNE!**

**Ale pamiętaj masz być prawdziwy,  
nie wykreowany.**



# BUDOWANIE WŁASNEGO WIZERUNKU

Cechy osobowości, które mogą tworzyć nasz wizerunek

pracowity	konsekwentny	ważny	odpowiedzialny	dokładny
zorientowany na cele i rezultaty	wierzący	spontaniczny	uporządkowany	troskliwy
wysportowany	pełen energii	szczerzy	przewidujący	dobry
inspirujący	wytrwały	autentyczny	kończy zadanie	wstrzemięźliwy
zorganizowany	ciepły	akceptujący	wesoły	milczący
wierzący w ludzi	wrażliwy	dbający o szczegóły	zdyscyplinowany	stanowczy
życzliwy	zadbany	wyrozumiały	kochający	oszczędny
szukający rozwiązań	opiekuńczy	rzeczowy	uśmiechnięty	pracowity
konkretny	cierpliwy	pomysłowy	wnikliwy	szczerzy
roztropny	opanowany	kreatywny	odważny	sprawiedliwy
spokojny	realista	zaangażowany	zaciekawiony	spokojny
hojny	optymista	rodzinny	otwarty	pokorny
decyzyjny	ugodowy	towarzyski	wszędobylski	
radosny	uparty	stabilny		
	z pasjami	spójny		

# ZADANIE DO PRZEMYŚLEŃ

A jakie Ty cechy chciałbyś rozwijać u siebie?



Materiały opracowano przy wykorzystaniu:

<http://www.naszswiat.net/poradniki/poradniki/poradniki/wirtualna-osobowosc-czyli-jak-dbac-o-nasz-wizerunek-w-sieci.html>

<https://gosiazimniak.pl/portfolio-item/7-zasad-budowy-marki-osobistej-infografika/>

Materiały własne